

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра психологии образования

**АКМЕОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К РАЗВИТИЮ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ  
СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

Выпускная квалификационная работа

Направление подготовки 44.04.02 – Психолого-педагогическое образование  
Направленность «Психолого-педагогическое сопровождение  
субъектов образования»

ВКР допущена к защите  
зав. кафедрой

\_\_\_\_\_ Н.Н. Васягина  
(подпись)

«    » \_\_\_\_\_ 2018 г.

Руководитель ОПОП:  
\_\_\_\_\_ Е.А. Казаева  
(подпись)

Исполнитель:  
Темир Мария Михайловна,  
студент ППСО – 1601z группы

\_\_\_\_\_

(подпись)

Научный руководитель:  
Лозгачёва Оксана Викторовна,  
кандидат психологических наук,  
доцент

\_\_\_\_\_

(подпись)

Екатеринбург 2018

## Аннотация

К выпускной квалификационной работе: «Акмеологический подход к развитию профессионального самоопределения старшеклассников».

Выпускная квалификационная работа выполнена на 73 листах машинописного текста (без учета приложений).

Количество диаграмм – 4 (без учета приложений).

Ключевые термины: акмеологический подход, профессиональное самоопределение, старший школьный возраст, развитие профессионального самоопределения средствами акмеологического подхода.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, приложений.

В теоретической части рассматриваются основные теоретико-методологические подходы к определению феномена «профессиональное самоопределение» в научной литературе, рассмотрено понятие акмеологического подхода в научной литературе, определены особенности профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте.

Во второй главе представлены результаты эмпирического исследования особенностей профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте средствами акмеологического подхода. Представлена разработанная и апробированная программа развития профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте средствами акмеологического подхода. Эмпирически подтверждена эффективность разработанной программы.

В заключении подведены итоги работы в соответствии с поставленными задачами.

СОДЕРЖАНИЕ	
ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	8
1.1. Теоретические исследования акмеологического подхода в научной литературе.....	8
1.2. Основные подходы к пониманию профессионального самоопределения в научной литературе.....	17
1.3. Особенности развития профессионального самоопределения старшекласников .....	30
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ .....	38
2.1. Характеристика выборки и методов исследования, анализ результатов исследования.....	38
2.2. Разработка и апробация программы развития профессионального самоопределения у старшекласников средствами акмеологического подхода .....	53
2.3. Анализ эффективности программы развития профессионального самоопределения у старшекласников средствами акмеологического подхода .....	61
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	64
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	67
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	74

## **ВВЕДЕНИЕ**

Традиционно под профессиональным самоопределением понимается «деятельность человека, обретающая то или иное содержание в зависимости от этапа его развития как объекта труда» [9].

На сегодняшний день, процесс профессионального самоопределения отошел от первоначальной его трактовки, которая предполагала только идею профессиональной ориентации, то есть процесс направления личности извне, не затрагивая внутриличностных аспектов.

Стандарт общего среднего образования направлен на формирование личностных характеристик будущего выпускника и обозначен как «портрет выпускника школы». В федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» подчеркнуто, что одним из важнейших показателей эффективности модернизации российского образования является успешность профессиональной ориентации. Предыдущий закон, принятый в 1992 году, определял профессиональную ориентацию исключительно в контексте дополнительного образования. Современный же закон «Об образовании в Российской Федерации» говорит о том, что профессиональная ориентация «детей и молодёжи обеспечивается профессионально ориентированным содержанием среднего общего образования (ст. 66, ч. 3), дополнительным образованием (ст. 75, ч. 1) и психолого–педагогической, медицинской и социальной помощью обучающимся (ст. 42, ч. 2)» [27].

Понимание психологических закономерностей и особенностей старшего школьного возраста, позволяет говорить о том, что данный возраст является наиболее сензитивным периодом для профессионального самоопределения личности.

Категория «профессионализма» и «самоопределения» является ведущей для акмеологического подхода [31]. Таким образом, необходимость реализовывать программы профориентационной направленности с применением принципов, приемов и методов акмеологического подхода

является актуальной. Данный подход применительно к помощи в профессиональном самоопределении позволит наиболее эффективно реализовать работу, направленную на формирование профессионального становления личности в соответствии с определенными государственной политикой целевыми ориентирами в сфере образования, а также с потребностями и психологическими особенностями старшеклассников.

В рамках данного подхода процесс профессионального самоопределения предполагает выбор того направления деятельности, работа внутри которого позволит личности максимально реализовать свой творческий потенциал в профессии.

Анализ научной периодики и авторефератов к диссертационным исследованиям, посвященным проблеме акмеологического подхода к профессиональному самоопределению, позволяет утверждать, что интересы исследователей, на сегодняшний день, ведутся в основном в следующих направлениях:

- профессиональная подготовка отдельных категорий специалистов на базе высших учебных заведений, профессиональных училищ и колледжей [38, 46, 48, 54];
- развитие некоторых профессиональных качеств педагога [16];
- поддержка и непрерывное образование руководящих кадров [11].

В работе В.Н. Максимовой акмеологический подход рассмотрен применительно к школьному (гимназическому) образованию. Здесь он трактуется как вытекающая из акмеологии школьного образования новая методология. Опять же данная методология ориентирована скорее на педагогический коллектив в целом, чем на личность обучающегося [36].

Очевидными являются противоречия между:

- наиболее сензитивным периодом для личностного и профессионального самоопределения, которым является старший школьный возраст.

– отсутствием научных, методических разработок и исследовательских трудов, на тему профессионального самоопределения старшеклассников в рамках акмеологического подхода.

– определенными государственной политикой целевыми ориентирами в сфере образования, направленными на формирование личности выпускника.

– бессистемностью реализации проводимых для старших школьников профориентационных мероприятий, которые носят по большей части ситуативный характер и сводятся преимущественно к диагностике с дальнейшим указанием наиболее предпочтительных для респондента сфер профессиональной деятельности.

В этом свете интересной представляется проблема изучения акмеологического подхода к профессиональному самоопределению старшеклассников.

Объектом данного исследования является профессиональное самоопределение.

Предмет исследования: профессиональное самоопределение старшеклассников с применением акмеологического подхода.

Цель: разработать эффективную программу профессионального самоопределения старшеклассников с точки зрения акмеологического подхода.

Задачи:

1. На основе анализа научной литературы изучить понятие акмеологического подхода.

2. Рассмотреть основные подходы развития профессионального самоопределения в научной литературе.

3. Особенности развития профессионального самоопределения старшеклассников.

4. Провести эмпирическое исследование профессионального самоопределения старшеклассников.

5. Разработать программу развития профессионального самоопределения старшеклассников с точки зрения акмеологического подхода.

Гипотеза исследования: специально разработанная на основе акмеологического подхода программа развития профессионального самоопределения старшеклассников позволит повысить уровень развития качеств, значимых для профессионального самоопределения старшеклассников.

Теоретико-методологической основой исследования являются:

1. Основополагающие принципы психологии: системности, единства сознания и деятельности (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, П.Л. Гальперин, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, В.Н. Мясищев, Д.Б. Эльконин, С.Л. Рубинштейн).

2. Некоторые общеметодологические принципы акмеологии: аксиологический, основанный на базовых человеческих ценностях и вытекающий из гуманистического, направленного на признание способности человека к самосовершенствованию (А. Маслоу, К. Роджерс и Г. Олпорт.); социальной детерминации (Б.Г. Ананьев, К.Б. Альбуханова–Славская).

3. Положения о связи самосознания и профессионального самосознания (Е.А. Климов, И.И. Чеснокова, Л. М. Митина, И.В. Вачков).

4. Рассмотрение профориентации как научного управляемого процесса профессионального самоопределения (П. А. Шавир и др.);

5. Научные труды, посвященные изучению акмеологического подхода к развитию личности (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, А.А. Деркач, Е.А. Климов, А.Ю. Панасюк, К.А. Абульханова–Славская).

В нашем исследовании использовались следующие основные методы:

1. Теоретические: анализ психологической, педагогической, социологической, методической литературы.
2. Эмпирические: анализ документов, тестирование.
3. Математико-статистические методы: дескриптивная статистика, сравнительный, интерпретационные методы обработки данных.

Для упорядочивания и сортировки полученных данных использовалась программа MS Excel, для количественной обработки данных – программа SPSS 20.0 для среды Windows.

4. Психодиагностические и психолого-педагогические методики:

Методика А.А. Азбель, А.Г. Грецовой «Определение статуса профессиональной идентичности».

Методика «Большая пятерка личностных качеств» (А.Г. Грецов).

Методика УСК (уровень субъективного контроля) - Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, Л.М. Эткинд.

Методика «Самооценка личности старшеклассника» О. Н. Истратова, Т.В. Эксакусто.

Практическая значимость исследования: результаты исследования могут быть использованы в работе педагогов и психологов в образовательном учреждении для разработки программ профессионального самоопределения старшеклассников.

#### Структура работы

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, содержит библиографию из 55 наименований, 9 приложений. Объем работы составляет 73 страницы. В работе результаты исследования отражены в 4 диаграммах, 1 схеме.



# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

## **1.1. Теоретические исследования акмеологического подхода в научной литературе**

Понятие «акмеологический подход» в настоящее время имеет достаточно широкое употребление. Целесообразно в первую очередь дать определение понятию «акмеология».

Акмеология – раздел психологии развития, исследующий закономерности и механизмы, обеспечивающие возможность достижения высшей ступени (акме) индивидуального развития [8].

В 1989 г. при Обществе психологов АН СССР была основана Всесоюзная акмеологическая ассоциация. Целью данной ассоциации было объединение плодов деятельности ученых и специалистов, занимающихся изучением вопросов эффективности профессиональной деятельности и разработкой инструментария, направленного на повышение эффективности профессионализма.

Акмеология как новая наука в системе наук о человеке возникла из противоречия между колоссальным объемом информации в сфере человекознания и отсутствием наработок педагогической практики, на стыке таких наук как психология, социология, педагогика и других наук, в центре исследования которых лежит признание способности человека к самосовершенствованию.

Труды Б.Т. Ананьева являются фундаментальными для акмеологии. Они направлены на рассмотрение общих вопросов в области человекознания, которые до сегодняшнего дня не утратили свою актуальность и исключительность. В своих работах он рассматривал широкий спектр вопросов: от биологической составляющей жизнедеятельности индивида, до вопросов социальной опосредованности жизни (социальная ситуация развития, ценностных ориентаций и т.д.) [50].

По существу Б.Г. Ананьев создал научное направление экспериментальная акмеология (современное человекознание) [3].

Е.С. Кузьмин в своих многочисленных трудах изучал вопросы социальной психологии. Именно он определил предмет социальной психологии: основным компонентом в динамичном предмете социальной психологии является процесс общения между людьми. В своих работах он доказывал суть предмета социальной психологии, опираясь на проведенные им конкретные эмпирические исследования [42].

А.А. Бодалев в своих работах также рассматривает участие социальной среды в стремлении человека к «акме»; взаимосвязь феномена «акме» с индивидуальностью, саморазвитием, популярностью человека [12].

Исследования Б.Ф. Ломова, направленные на выявление акмеологических закономерностей, попытки дать определение понятию «акмеологическая закономерность»; формулирование конкретных требований и параметров – все эти работы позволили впоследствии вывести конкретные акмеологические закономерности.

Сравнительный анализ, направленный на выявление сходных черт и отличий между психологическими и акмеологическими закономерностями, проводимый А.С. Гусевой и В.Г. Зазыкиным, стал основой для исследовательских работ по выявлению закономерностей в прикладных направлениях акмеологии [19].

В дальнейшем появились работы, в которых были представлены акмеологические закономерности, имеющие определённую форму и широту воздействия (А.А. Деркач, Н.В. Сотникова) [17].

По мнению Н.В. Кузьминой в качестве предмета акмеологии можно рассматривать человека в период его зрелости. В данном контексте зрелость понимается как творческий созидательный этап в жизни индивида от самостоятельного становления профессиональной идентичности до его взаимоотношений с пространством и временем (умение выстраивать

стратегии достижения успеха, искать пути самореализации, планировать время) [14].

Ряд ученых сходятся во мнении о том, что стремление к достижению высшего мастерства в профессионализме закладывается в возрасте раннего дошкольного детства. Именно этот период является наиболее сензитивным для развития мыслительных способностей [8].

Важнейшим результатом акмеологии, как считает С.П. Бегалиева, является тот факт, что уровень достижения (недостижения) вершин мастерства в профессии в обязательном порядке должен выводиться, основываясь на заранее выверенных критериях оценивания уровня продуктивности деятельности, критерии эти должны быть различными для специалистов в той или иной области и для обучающихся и студентов.

А.А. Бодалев в своих трудах рассматривает систему развития внутренние качеств человека в их интеграции с траекторией жизни, которая имеет пики активности (момент наибольшего приближения к «акме», оптимум) и ее спады (отход от «акме»). Построение некоего графика вышеупомянутых спадов и подъемов позволяет наглядно отследить наивысшую точку, жизненное «акме» личности. В теории, построение таких графиков позволяет отслеживать акмеологическую перспективу и выстраивать некую стратегию разработки условий для достижения человеком своего «акме».

Важно понимать, что при углубленном анализе тех оптимумов, которых достиг человек, необходимо: учитывать направления, в которых они достигались (физическое развитие, социальная активность, профессиональная самореализация или же их совокупность); устанавливать некую условную величину достигнутого «акме»; определить время достижения оптимума и его протяженность.

Таким образом, акмеология представляется как некое многоаспектное состояние человека, следовательно, изучать данное явление необходимо с точки зрения разных наук.

#### Основные задачи акмеологии:

- выявление сходного и различного у разных людей, добившихся выдающихся успехов;
- выяснение характеристик (качеств), которые должны быть сформированы у человека на разных этапах его развития и которые могут привести его к успеху;
- исследование механизмов и факторов, воздействующих на развитие человека и приводящих его к успеху;
- освещение феноменологии «акме» (описание его проявлений);
- специальное исследование именно профессиональных достижений в зрелом возрасте;
- изучение труда профессионалов экстракласса (выделение общего и специфичного для разных профессий);
- выявление связи профессиональных достижений с внепрофессиональной деятельностью;
- исследование способности человека накапливать разносторонний опыт и «аккумулировать» его в конкретной деятельности;
- изучение высших достижений в условиях работы в коллективе;
- создание методического инструментария для исследования «акме» как отдельного человека, так и трудовых коллективов.

Отсюда главная задача акмеологии: разработать технологичную стратегию и тактику организации и реализации перевода начинающего свою карьеру специалиста на более высокие уровни профессионализма[55].

Акмеологический подход на сегодняшний день является наиболее прогрессивным и перспективным для современного образования. А.А. Деркач определяет акмеологический подход как процесс формирования и закрепления в самосознании личности актуальной необходимости в самопознании, саморазвитии и самореализации. Суть акмеологического подхода, по мнению автора, состоит в реализации комплексного исследования и восстановления целостности субъекта в период зрелости,

когда его индивидуальные, личностные и субъектно-деятельностные качества изучаются в единстве всех взаимосвязей с той целью, чтобы способствовать достижению им тех оптимумов, на которые может подняться каждый [17].

Акмеологический подход к формам образования, к педагогическим и образовательным технологиям, управлению образовательной организацией позволяет переориентировать образовательное учреждение от простого функционирования к развитию. Таким образом, возрастает качество образования, у всех участников образовательного процесса актуализируются познавательные мотивы, повышается внутренняя потребность в обучении.

Наиболее общее, интегрированное понимание акмеологического подхода мы находим у А.А. Бодалева, где акмеологический подход понимается как базовая группа, представляющая комплекс принципов, приемов и способов научного познания, направленных на изучение и решение научных и практических проблем.

Акмеологический подход ориентирован на достижение вершины зрелости человека, а также на процессы, оказывающие влияние на человека в ходе его продвижения к «акме». Именно эта вершина (ее достижение или недостижение) указывают на то, состоялся ли человек на социальном поприще как мастер своего дела, профессионал или не состоялся.

Человека можно считать зрелой личностью, если у него есть потребность проявлять заботу об окружающих, о близком человеке; если у него сформировано чувство личной ответственности; если имеющиеся у него знания он использует продуктивно и адекватно; если он способен принимать конструктивные решения.

В рамках акмеологического подхода значимой чертой зрелой личности является признание ее социально значимых качеств в обществе. Такого рода признание способно вытеснить неудачи индивида в других областях, например, в сфере межличностного взаимодействия. Если признание отсутствует, то человек испытывает подавленное состояние, состояние

недовольства результатами своей деятельности, в совокупности с неудачами на уровне личностного взаимодействия это состояние способствует развитию кризисных установок. Такого рода динамика только показывает, насколько важно постоянное развитие человека, стремление к познанию, к самореализации. Стремление к «акме» - как самый творческий период в жизни важен не только для каждого отдельного человека, но и для общества в целом.

На сегодняшний день, проблему достижения «акме», творческой и профессиональной самореализации предлагают решать разными доступными методами, которые могут быть использованы как комплексно, так и частично через:

- грамотно выстроенную систему тайм-менеджмента;
- соблюдение человеком (работающим специалистом) профессиональной этики;
- формирование активной жизненной позиции (как в выборе профессиональных предпочтений, так и в межличностном взаимодействии);
- повышение уровня личной культуры;
- адекватное соотнесение своих личностных предпочтений, особенностей и способностей, с внешними обстоятельствами;
- особенности социодемографического влияния на процесс становления личности;
- понимание человеком степени ответственности за то, что происходит с ним на пути его профессионального становления.

С точки зрения обогащения научной среды:

- через разработку диагностических модулей, позволяющих выявить как актуальное состояние профессиональных достижений индивида, так и их динамику

Н.В.Козлова выделяет следующие основные принципы акмеологии:

1. Принцип субъекта деятельности.

Данный принцип является связующим звеном общей и профессиональной акмеологии. Личность в акмеологии рассматривается как постоянно функционирующая и развивающаяся в контексте жизнедеятельности в целом, деятельности, общения, познания. Этим объясняется необходимость функционирования личности в качестве и по критериям всех перечисленных систем. В акмеологии категория личности рассматривается с точки зрения целенаправленности, прогрессивного, восходящего развития, а также в психологическом и социально-профессиональном качестве. Прогресс личности здесь учитывается в рамках стадияльно-возрастных и в функционально-деятельностном качестве (профессиональном развитии и становлении), а также казуальном, ситуативном (сложные жизненные ситуации, основанные на противоречии и требующие позитивного воздействия). Данный принцип является основным условием творчества, обеспечивая наивысшую социальную и профессиональную эффективность деятельности.

К.А. Абульханова–Славской преобразовала данный принцип через выявление необходимости разрешения противоречия между актуальными возможностями, уровнем притязаний, особенностями потребностно-мотивационной сферы субъекта и требованиями деятельности, предъявляемыми обществом к ее исполнителю. Функция субъекта здесь сводится к разрешению этого противоречия как в данный момент, так и на протяжении всей своей деятельно-профессиональной жизни. Выделяемые качества личности в рамках данного принципа – это инициатива и ответственность.

А.А. Деркач выделил в деятельности компоненты:

- гностический (используется система знаний, способность к продуктивному их применению);
- проектировочный (в основе целенаправленность деятельности, что облегчает, оптимизирует поэтапное достижение результата);

– конструктивный (в отношении акмеологии данный принцип включает в себе ее суть – конструктивность как оптимизация системы деятельности и способа деятельности субъекта, данный компонент исключает хаотичный, стихийный характер деятельности);

– организаторский (согласование понятий «деятельности» и «организации», одновременно указывает на необходимость оптимизации всех структурных единиц деятельности и на взаимосвязь прогностического, аналитического способа организации деятельности с практическим осуществлением);

– коммуникативный (деятельность осуществляется через взаимодействие) [17].

2. Принцип жизнедеятельности. Данный принцип является основополагающим для акмеологии как исторически и теоретически так и логически. Проблема соотношения творческого потенциала и достигнутого человеком оптимума и еще не полностью реализованных возможностей. Достижения являются стимулом к новым устремлениям. Совершенствование и самовыражение есть не достигнутый результат, а процесс достижения этого человека есть непрерывный процесс.

На основе данного принципа К.А. Абульханова – Славская разработала понятие стратегии жизни, в рамках которого субъект выступает в роли организующего ход своей жизни основного звена.

3. Принцип личности как субъекта жизни. Личность осваивает условия собственной жизни, создает вторичные условия, выстраивая особые жизненные опоры, отношения и позиции. Из этого принципа вытекает понятие жизненной перспективы, которую К.А. Абульханова–Славская конкретизировала в трех различных перспективах:

– когнитивной (теоретические умственные планы на будущее);

– личностной (мотивации будущего, в жизненных и личностных еще не реализованных резервах);



– жизненной (социальные возможности и перспективы личности, сделавшей карьеру не только в профессии, но и в самой жизни).

4. Принцип потенциального и актуального (имплицитного и эксплицитного), выделенный С.Л. Рубинштейном. [26]. В рамках данного общепсихологического принципа личность понимается как проективная, перспективная, не исчерпываемая имеющимися данными система. Функции данного принципа можно разделить на следующие ориентиры:

– методологический ориентир на ресурсы, перспективы личности, которые возможно реализовать в будущем ей самой или при акмеологической поддержке;

– практико–диагностический ориентир, который отличается использованием в качестве диагностирующих методик не констатирующие процедуры, а проективные, вовлекающие личность в процесс рефлексии, с целью поиска способов умножения личностью своих возможностей [4].

5. Принцип обратной связи. В процессе самовыражения в жизни, работе, взаимодействии, личность получает не только результаты этого самовыражения – результаты труда, оценки людей, занимаемую должность, но и воспринимает себя в новом качестве – воплощенной в формах своей жизни, своей деятельности. Такого рода обратная связь оказывает наиболее значимую поддержку индивиду, она служит своеобразным подтверждением для человека правильности того пути, которым он идет.

Являясь изначально наукой о развитии человека зрелого, акмеология трансформировалась в структуру наук с разведением предмета и методов познания, среди структурных единиц которой можно выделить такие как акмеология образования (Н.В. Кузьмина, А.М. Зимичев); профессионального развития (Н.В. Кузьмина, А.А. Деркач, А.А. Реан); спортивная (И.П. Волков), школьная (В.Н. Максимова, Н.Е. Кузнецов, Н.М. Полетаева и др) [17].

Принимая во внимание тот факт, что на формирование зрелой жизненной позиции человека направлены все те факторы, которые влияют

на него на протяжении всего периода, предшествующего зрелости, можно сделать вывод о том, что негативное влияние внешних факторов или отсутствие позитивного, развивающего влияния, вносят свой вклад, в том числе, и в формирование профессионального самоопределения человека.

Таким образом, суть акмеологического подхода состоит в реализации комплексного исследования и восстановления целостности субъекта в период зрелости, когда его индивидуальные, личностные и субъектно-деятельностные качества изучаются в единстве всех взаимосвязей с той целью, чтобы способствовать достижению им тех оптимумов, на которые может подняться каждый. Соответственно, акмеологический подход к проблеме профессионального самоопределения старшеклассников является актуальным подходом к формированию качеств личности будущих специалистов на пороге выбора ими специальности или дальнейшего профессионального пути.

## **1.2. Основные подходы к пониманию профессионального самоопределения в научной литературе**

В трудах отечественных ученых предлагается два подхода к пониманию понятия «самоопределение».

В контексте первого подхода самоопределение трактуется как естественный процесс, формирующийся в старшем подростковом и младшем юношеском возрасте и являющийся личностным новообразованием старшего школьного возраста. Здесь речь идет о личностном самоопределении (С.Л. Рубинштейн, Э.Ф. Зеер, Л.И. Божович, И.С. Кон, В.Ф. Сафин, М.М. Бахтин, А.В. Мудрик) [39].

Толковый словарь по психологии определяет понятие личностного самоопределения как «феноменологическое ощущение человека, которое имеется у него относительно его собственного внутреннего Я независимо от всех других, выходящее за пределы биологических и психологических

поправок и сокращений, производимых миром, находящимся в состоянии непрерывного изменения» [49].

Иными словами, личностное самоопределение есть определение себя в соответствии с выработанными в обществе (и принятыми конкретным индивидом) параметрами становления личности и последующая реализация себя с точки зрения этих параметров.

Самоопределение неразрывно связано с таким восприятием времени, которое основано на соотнесении прошлого и будущего, когда понимание настоящего происходит через призму взглядов на будущее. В старшем школьном возрасте формируется осознание временной перспективы. Однако, оно неустойчиво: необратимость времени зачастую связана с ощущением того, что время остановилось.

В рамках второго подхода процесс самоопределения понимается как процесс искусственно организованный. Здесь речь идет о профессиональном самоопределении в юношеском возрасте (Е.А. Климов, Н.С. Пряжников, А.К. Маркова, М.Р. Гинзбург) [39].

К методологическим основам данного подхода к вопросам самоопределения относятся труды С.Л. Рубинштейна. Здесь основополагающим системным компонентом самоопределения является самодетерминация, непосредственная активность индивида, его обдуманное желание занимать какую-либо позицию. К концепциям, повлиявшим на развитие представлений о процессе профессионального самоопределения, можно отнести теорию потребностей А. Маслоу, теорию профессионального развития Д. Сьюпера, теоретические положения В.Франкла и Ш.Фукуямы, они затрагивают смыслообразующий и смыслореализующий контекст альтернатив профессии для человека, и разработки стадий жизни личности Э.Эриксона [39].

А. Маслоу сформулировал концепцию профессионального развития, определив в качестве основного звена самоактуализацию (такое устремление индивида, в основе которого лежит его потребность совершенствоваться,

выражая, проявляя себя в важном для него труде). Родственными понятию «самоопределение» в его концепции являются такие понятия как «самоактуализация», «самореализация», «самоосуществление». К. Ясперс соотносит самореализацию с тем профессиональным направлением, работе в котором посвятил себя человек. В трудах И.С. Кона выражено мнение о том, что процесс самореализации актуализируется через профессиональный труд и взаимодействие [25].

В. Франкл рассматривает самоопределение не только как самореализацию, но и как способность человека к расширению своих возможностей – самотрансценденцию [23].

И.С. Кон профессиональное самоопределение начинается в дошкольном детстве и формируется посредством сюжетно-ролевой игры, принимая участие в которой, ребенок пробует себя в той или иной роли, используя предметы–заместители в качестве тех или иных атрибутов профессиональной деятельности. Окончание процесса профессиональной самоидентификации приходится на период ранней юности, когда индивид уже принял решение относительно своего профессионального будущего [52].

Среди зарубежных концепций и теорий профессионального развития наиболее интересными представляются следующие: теория Э. Гинцберга, концепция «карьерной зрелости» Д. Сьюпера и типологическая теория Д. Холланда [34].

Теория Э. Гинцберга основывается на положении относительно того, что профессиональный выбор характеризуется как процесс продолжительный и объединяет в себе ряд взаимозависимых решений. По мнению автора, данный процесс не имеет обратной силы. Принятые на начальных этапах решения накладывают некоторые ограничения на последующие возможности. Отсюда необходимость поиска компромисса между факторами внешними (такими как обстоятельства или статус) и внутренними (личностные черты).

По мнению автора, успешность самоопределения имеет отличительную черту в виде присутствия большого спектра индивидуально–значимых достоинств или «ценностную насыщенность», предоставляющую возможность альтернативных маневров, а неуспешность самоопределения – «ценностной пустотой», отсутствие альтернативы и узким спектром.

В качестве основного метода применялось интервьюирование. В ходе исследования отмечалось сила эмоциональной окраски и ее вектор относительно тех вопросов, необходимость решения которых возникала перед подростками в процессе их профессионального самоопределения. В рамках данной концепции профессиональное самоопределение представляется как система специфических этапов, которые классифицируются по содержанию и форме индивидуальных импульсов в профессиональные желания [6].

Д. Сьюпер модифицировал данную концепцию, разработав свою. В ней он учел допущенные ранее ошибки. В частности: он использовал общепсихологические закономерности, качественно проанализировал процесс соотнесения профессиональных предпочтений и условий профессиональной действительности, расширил методическое оснащение.

Концепция «карьерной зрелости» Д. Сьюпера является наиболее популярной за рубежом.

Стадии профессионального развития (соотносятся с возрастом человека):

- стадия «пробуждения»;
- стадия «исследования» (занимает особое место и соотносится с возрастным этапом 15 – 24 года);
- стадия «сохранения»;
- стадия «снижения».

Д.Сьюпером было введено понятие профессиональной зрелости, где личность считается профессионально зрелой, если ее поведение

соответствует задачам профессионального развития, характерным для конкретного возраста.

Типологическая теория Дж. Холланда рассматривает личность через ее связь с экологией. Автор считает, что профессиональное развитие, сводится к самоопределению индивидом своего личностного типа, самостоятельным поиском соответствующей данному типу области профессиональной деятельности, выбором одного из четырех квалификационных уровней этой профессиональной сферы, и обусловлено уровнем развития интеллекта и самооценки [45].

Типы (комплексные ориентации личности) по Д.Холланду:

1. Реалистическая ориентация (тип – мужской, активный, агрессивный, интерес к физической активности, моторные способности, предпочтение конкретной работы, конвенциональность в политике, экономике; в профессиональном выборе – ремесленные занятия, техника, сельское и лесное хозяйство).

2. Интеллектуальная ориентация (отсутствие направленности на общение, интерес к абстрактным проблемам, способности в манипулировании символами, слабая физическая и социальная активность, неконвенциональные ценности, в выборе – естественнонаучные дисциплины, математика).

3. Социальная ориентация (социальная ответственность, потребность во взаимодействии, вербальные и социальные способности, эмоциональность и активность в решении социальных проблем, в выборе — педагогика, социальное обеспечение, клиническая психология, профконсультация).

4. Конвенциональная ориентация (предпочтение структурированной вербальной или знаковой деятельности, подчиненные роли, конформность, избегание неопределенных ситуаций, социальной активности и физического напряжения, идентификация с позицией власти, ценность материального положения и статуса; в выборе – банковская служба, бухгалтерия, статистика).

5. Предпринимательская ориентация (сила, руководство, вербальные способности, уверенность в себе, конкурентность, избегание однозначных ситуаций и монотонной умственной работы, в выборе – служба в гостинице, предпринимательство, промышленное консультирование).

6. Ориентация на искусство (чувствительность, потребность в самовыражении, избегание однообразной и физической работы, неуверенность в себе, женственность, в выборе профессии – искусство, культура).

По мнению П.Г. Щедровицкого, самоопределение следует рассматривать, как способность человека строить самого себя, свою собственную историю, как возможность человека переосмысливать свою сущность [25].

Е.А. Климов трактует самоопределение «...как важное проявление психического развития, формирования себя как полноценного участника сообщества «делателей» чего-то полезного, сообщества профессионалов». Ему принадлежит определение профессионального самоопределения, которое лаконично укладывается в выведенную им формулу «одно мгновение плюс вся предшествующая жизнь».

Е.А. Климов выделяет в процессе самоопределения два уровня: гностический и прогностический. На первом происходит перестройка сознания и самосознания индивида, на втором – можно увидеть реальные изменения социального статуса человека.

Таким образом, самоопределение как процесс поиска человеком своего места в социуме, движется в двух направлениях: интеграция личностных смыслов, ценностей и ориентаций и непосредственно деятельность. А рассматривается этот процесс на двух взаимосвязанных, но легко различимых уровнях: гностическом и практическом.

Наиболее значимыми для исследования феномена профессионального самоопределения можно считать труды ученых, работающих в направлении мыследеятельностного и мыслекоммуникативного подходов О.С. Анисимова,

К.Я. Вазина, Н.И. Непомнящая, В.М. Розина, П.Г. Щедровицкий, С.Г. Якобсон; в направлении системного подхода – Б.Ф. Ломова, Э.Г. Юдина. Человек здесь рассматривается в качестве субъекта профессиональной деятельности с точки зрения взаимной обусловленности различных компонентов этого процесса [18].

Для более глубокого понимания профессионального самоопределения весьма значимыми являются научные труды К.А. Абульхановой–Славской, А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся, В.П. Зинченко, Л.Н.Когана, В.В. Краевского, А.Ф. Лосева, Ю.М.Лотмана, М.К. Мамардашвили, В.В. Налимова.

Концепция профессионального самоопределения, созданная в рамках личностно–ориентированного подхода, описывается в трудах Н.С. Пряжникова, Ю.П. Поваренкова и др.

Н.С. Пряжников акцентирует внимание на взаимозависимости профессионального самоопределения и самореализации личности. Суть профессионального самоопределения следует понимать как самостоятельный и осмысленный поиск ценностей в выполняемой профессиональной деятельности и жизни с учетом социально–экономического и культурно–исторического контекстов [33].

Сущность профессионального самоопределения, по мнению Н.С. Пряжникова, определяется как поиск и нахождение личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой трудовой деятельности, нахождение смысла в самом процессе самоопределения [43].

Ведущей целью профессионального самоопределения является поэтапное формирование у человека внутренней готовности к осмысленному и самостоятельному проектированию, внесению корректив и непосредственно реализации собственного развития (в трех ипостасях: развитие профессиональное, жизненное и личностное). Сюда же можно отнести готовность индивида рассматривать себя как динамическую систему, ориентированную на самостоятельный поиск личностно–значимых смыслов в конкретной профессиональной деятельности [40].



Логично вытекающий из процесса профессионального самоопределения личности процесс профессионального становления занимает в жизни человека временной промежуток условно равный 35–40 годам. За это время происходит смена социальной ситуации развития и ведущего вида деятельности, что в свою очередь явилось причиной для разработки стадийности и периодизации данного процесса.

Т.В. Кудрявцев (отечественный психолог, занимавшийся изучением проблемы профессионального становления личности) предложил такие стадии, в основе которых лежит рассогласование между предполагаемым результатом деятельности и результатом реальным, слом прежней концепции, приводящий к формированию новой. Такие кризисные ситуации стали основой для разработки следующей стадийной системы:

1. Возникновение и формирование профессиональных намерений.
2. Профессиональное обучение и подготовку к профессиональной деятельности.
3. Вхождение в профессию, активное ее освоение и нахождения себя в производственном коллективе.
4. Полная реализация личности в профессиональном труде [5].

В рамках концепции Ю.П. Поваренкова профессионализация рассматривается как процесс формирования личности и деятельности профессионала. Критерии формирования личности профессионала заключаются в таких его профессионально значимых свойствах как: продуктивность, идентичность и зрелость.

Суть процесса профессионального становления личности раскрывается в процессе анализа его:

- как формы профессиональной социализации и индивидуализации;
- как части жизненного пути индивида;
- как специфической формы профессионального развития и научения;
- как специфической формы проявления активности индивида.

Системообразующими элементами в данной периодизации автором выделены стадии, периоды и фазы.

Стадии:

- допрофессиональное развитие личности (подготовка к профессионализации);
- поиск и выбор профессии, учебного заведения;
- профессиональное обучение;
- самостоятельная профессиональная деятельность.

Ю.П. Поваренков выделяет четыре стандартных периода:

- профессиональная адаптация (или завершение профессионального развития предыдущей стадии), устойчивый рост показателей;
- период наивысших достижений;
- период спада, которому может предшествовать стагнация.

Основная функция периодов заключается в необходимости конкретизировать концепцию.

Фазы, в свою очередь, детализируют ситуацию профессионального становления личности. Вытекают они из необходимости решения более частных задач профессионального развития. В качестве примера можно привести такие фазы как: фаза «послевступительной эйфории» и апробирования довузовских форм учебной деятельности; фаза осознания неэффективности профессиональных форм учебной деятельности и формирование новых и прочее.

В рамках концепции Э.Ф. Зеер выделение периодов профессионального развития напрямую связано с хронологическим возрастом человека (социальная ситуация развития и уровень реализации профессиональной деятельности).

Э.Ф. Зеер понимает профессиональное самоопределение как избирательное отношение индивида к миру профессий в целом и к конкретно выбранной профессии. Профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей профессиональной жизни: личность постоянно рефлексировать,

переосмысливает свое профессиональное бытие и самоутверждается в профессии.

В общем, стадийность профессионального становления Э.Ф. Зеер и Т.В. Кудрявцева имеют много общего.

В качестве базы для разработки концепции А.Т. Ростунова автор использовал необходимость создания эффективной системы управления формированием профессиональной пригодности. Под такой системой он понимает «совокупность индивидуально–психологических особенностей человека, обеспечивающую наибольшую эффективность его общественно полезной деятельности и удовлетворенность своим трудом» [28].

Рассматривая проблему профпригодности с точки зрения системного подхода, А.Т. Ростунов определяет ее как крупную систему, состоящую из четырех функциональных блоков: профориентация, профотбор, профподготовка и профадаптация. Блоки, в свою очередь, состоят из подсистем:

1. Подсистема профориентации (подготовка молодых людей к выбору профессии и началу профессионального обучения).

2. Подсистема профотбора (определение наиболее соответствующей личностным особенностям человека профессиональной деятельности).

3. Подсистема профподготовки (понимание сути будущей профессиональной деятельности с последующим моделированием процесса подготовки будущего специалиста).

4. Подсистема профадаптации (4 уровня адаптации: ознакомление; переход к самостоятельной деятельности; полная профессиональная самостоятельность; мастерство).

За основу разработки периодизации взят хронологический возраст индивида. Стадии соответствуют аналогичным стадиям в концепциях Т.В.Кудрявцева и Э.Ф.Зеер.

Концепция Л.М. Митиной основана на двух моделях: адаптивного поведения и профессионального развития. В рамках данной концепции нет связи между возрастом человека и уровнем ее профессионального развития.

Модель адаптивного поведения характеризуется зависимостью профессиональной деятельности от внешних обстоятельств. В процессе реализации профессиональной деятельности индивид руководствуется стереотипами, ранее сформированными моделями действий, клише и алгоритмами.

Выделяется три стадии данной модели: профессиональной адаптации; профессионального становления; профессиональной стагнации.

Данная модель, в соответствии с трактовкой автора, является неконструктивной.

Модель профессионального развития определяет индивида как профессионала, способного расценивать свою профессиональную деятельность с позиции ее целостности.

Внутри модели автор выделяет три стадии:

1. Самоопределения (внутренняя потребность личности к качественному сравнению себя с другими; осознанию необходимости собственных преобразований).

2. Самовыражения (соотнесение личного поведения с особенностями потребностно–мотивационной сферы).

3. Самореализации (создание некой философии себя как профессионала).

Акмеологическая концепция развития профессионала (А.А.Деркач, В.Г.Зазыкин).

А.А. Деркач трактует понятие профессионального самоопределения как процесс развития личности в профессиональной деятельности на основе наиболее полного использования ею своих способностей и индивидуально–психофизиологических возможностей. Он не ограничивается одним этапом, а продолжается в течение всего активного периода трудовой деятельности.

Данная концепция рассматривается авторами в двух направлениях:

1) содержательном (динамика личности от субъекта труда до уровня профессионала);

2) структурно-процессуальном (процессуальное развитие субъекта труда до уровня профессионала, рассматривается в системе; отслеживаются изменения таких подсистем как профессионализм личности и деятельности, нормативная регуляция, мотивация достижения, саморазвитие, творческая самореализация) [2].

Подсистема профессионализма деятельности.

Основная характеристика данной подсистемы: соотнесение компетентности в профессиональной деятельности с профессиональными базовыми умениями и навыками. Ведущим компонентом когнитивной составляющей данной подсистемы выступает профессиональная компетентность

Главным когнитивный компонент подсистемы профессионализма деятельности это профессиональная компетентность.

Подсистема профессионализма личности.

Уровень развития профессионализма личности тем выше, чем выше уровень развития способностей, профессионально значимых качеств и личностно-деловых особенностей, акмеологических инвариантов профессионализма, самоорганизации, внутренней культуры, творческого и креативного потенциала, мотивации достижений, развития творческого потенциала и наличия мощной и адекватной мотивации.

Мотивационная основа профессионализма складывается из факторов и условий, направляющую личностную активность на достижения.

Подсистема нормативности деятельности и поведения.

Способствует развитию профессиональной и нравственной системы контроля поведения, деятельности и отношений.

Подсистема формирования продуктивной Я–концепции [2].

Таким образом, личностное самоопределение – определение индивидом себя в соответствии с выработанными в обществе (и принятыми конкретным индивидом) параметрами становления личности и последующая реализация себя с точки зрения этих параметров. Данный процесс является естественным процессом, и относится к личностному новообразованию подросткового возраста.

Профессиональное самоопределение – это искусственно организованный процесс, который заключается в определении человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма. Суть профессионального самоопределения заключается в осознанном выборе человеком профессии с учетом своих особенностей и возможностей, требований профессиональной деятельности и социально-экономических условий.

Профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей профессиональной жизни: личность постоянно рефлексировывает, переосмысливает свое профессиональное бытие и самоутверждается в профессии.

Среди зарубежных ученых феномен профессионального самоопределения исследовали: А. Маслоу, Д. Сьюпер, В. Франкл, Э. Гинцберга, Дж. Холланд. Профессиональное самоопределение трактуется здесь как процесс актуализации личностных резервов, ее творческих возможностей, уникальности, неповторимости, во взаимосвязи с самореализацией, самоактуализацией и самопознанием.

Среди отечественных ученых, занимавшихся исследованием феномена профессионального самоопределения личности, наиболее значимыми являются труды Н.С. Пряжникова, Ю.П. Поваренкова Т.В. Кудрявцева, Э.Ф. Зеера, А.Т. Ростунова, Л.М. Митиной, А.А. Деркач и В.Г. Зазыкин. В исследованиях отечественных ученых процесс профессионального самоопределения рассматривается исключительно во взаимосвязи

с личностным, жизненным, социальным и другими видами самоопределения. Как отдельный вид самоопределения он не рассматривается.

### **1.3. Особенности развития профессионального самоопределения старшекласников**

Изучению вопросов, связанных с пониманием феномена профессионального самоопределения старшекласников, в отечественной педагогической и психологической науках посвящено множество исследований. Теоретико-методологические основы профессиональной ориентации представлены в работах таких ученых как: П.П. Блонский, С.И. Вершинин, В.И. Журавлев, Е.А. Климов, Н.Н. Чистякова и др.

С позиции социальной обусловленности вопросы профессионального самоопределения личности рассматриваются в трудах Л.А. Амировой, В.М. Архипова, В.Г. Афанасьева, В.В. Бахарева, Л.П. Бугеовой, В.И. Журавлева, Э.Ф. Зеер, М.В. Кузнецов, В.Н. Шубкина, В.А. Ядова и др. [51].

Исследование особенностей профессионального самоопределения старшекласников базируется на следующих психолого–педагогических положениях:

1) Процесс становления личности в профессии обусловлен историческим, социальным и культурным контекстом.

2) Основа профессионального становления личности складывается из таких структурных компонентов как: развитие личности в процессе профессионального обучения, адаптации в профессии и непосредственно выполнения реализации профессиональной деятельности.

3) Процесс становления личности в профессии уникален, индивидуален и своеобразен, однако имеет некоторые сходные закономерности и качественные особенности.

4) Через профессиональную деятельность человек имеет возможность реализовать себя, получает возможность для самоактуализации.

5) Вектор развития профессиональной жизни личности определяется рядом факторов, среди которых можно условно выделить такие как нормативные и не нормативные события, обстоятельства, иррациональные влечения личности.

6) Осведомленность личности относительно психологических закономерностей и особенностей профессионального самоопределения позволяет человеку адекватно эффективно выстраивать свой профессиональный путь [24].

В рамках нашей работы феномен профессионального самоопределения рассматривается с позиции его самостоятельности и осознанной согласованности профессионально–психологических альтернатив человека с условиями профессионального труда, а также как процесс поиска смысла в выполняемой деятельности, применительно к данной конкретной социально–экономической ситуации [21].

Необходимость перехода к ступени профильного обучения приводит к формированию многоэтапности профессионального самоопределения:

1. Оптация (выбор) профиля обучения.
2. Проверка правильности сделанного выбора.
3. Непосредственно выбор профессии [51].

Основанием к разработке целостной содержательно–процессуальной модели профессионального самоопределения личности послужили труды Н.С. Пряжникова. В его понимании этапы профессионального самоопределения следующие:

1) Ценностно–нравственная основа самоопределения (понимание ценности общественного труда, а также необходимости профессиональной подготовки).

2) Понимание особенностей актуальной социально–экономической ситуации (статус и востребованность выбираемой профессии).



3) Обобщенное представление о мире профессионального труда и выявление профессиональной цели (профессия-мечта).

4) Выделение ближайшей перспективы – шаги на пути к дальней цели

5) Изучение информации о профессиях и специальностях, профильных образовательных организациях учебных заведениях и предполагаемых местах трудоустройства.

6) Наличие препятствий, осложняющих достижение профессиональных целей, понимание и осознание своих достоинств, помогающих достижению намеченных планов и перспектив.

7) Обязательное присутствие альтернативных вариантов в случае неудачи в достижении цели первоначального самоопределения.

8) Непосредственно реализация индивидуальной профессиональной перспективы со своевременным внесением корректив в намеченные планы по принципу обратной связи [22].

В рамках данной модели процесс профессионального становления личности старшеклассника рассматривается как процесс продуктивный, направленный на развитие и саморазвитие личности. В процессе профессионального становления старшеклассник осваивает и самостоятельно проектирует профессионально ориентированные виды деятельности, определяют свое положение в мире профессий, для достижения вершин профессионализма.

В соответствии с данной концепцией психолого–педагогическое сопровождение старшеклассника в период его профессионального становления представляется возможным определять как «процесс создания условий и возможностей для продуктивного решения задач профессионального развития и саморазвития личности, профессионального самоопределения и самореализации, оказание психологической поддержки и помощи человеку в преодолении деструктивных тенденций личностного и профессионального развития» [10].

Ряд ученых, исследовавших вопросы профессионального самоопределения старшеклассников, сходятся во мнении, что наиболее эффективным является метод профессиональных проб (Т.В. Васильева, В.С. Волошин, А.И. Журкина, Т.Г. Мухина, С.Н. Чистякова и др.)

Профессиональные пробы обладают такими качественными характеристиками как: комплексность; наглядность и убедительность полученных результатов; оптимальное взаимодействие обучающихся с педагогами в ходе создания практической ситуации; и считаются соотнесением знаний о себе и познаний о профессиональной деятельности в течение профессионального испытания. Данные пробы являются своего рода моделирующей составляющей конкретного образа профессиональной деятельности, способствующей в результате осознанному выбору профессии.

Критически оценивают применение данного метода на практике О.В. Игумнова, Л.И. Кундозерова и некоторые другие ученые. Они отмечают, что осуществление профессиональной подготовки в ключе данного метода осложняется рядом факторов. К данным факторам можно отнести сравнительно низкий уровень развития во многих образовательных организациях материально–технической базы, обеспечивающей создание условий максимально приближенных к реальным производственным. Сеть социального партнерства также развита недостаточно, что, в свою очередь, осложняет процесс полноценного погружения в какую–либо профессию, в соответствии с целями и задачами метода профессиональных проб. Несмотря на это, в условиях реализации новых образовательных стандартов данный метод продолжает быть актуальным.

А.Э. Попович определяет основную цель профессионального самоопределения как поэтапное формирование у старших школьников личностной готовности к самостоятельному проектированию, корректировке и реализации перспектив своего развития, как профессионального, так и личностного; а также их готовности видеть себя во временной перспективе

и самостоятельно реализовывать поиск личностно значимых смыслов в конкретном профессиональном труде [41].

Потребность в самоопределении является основной в социальной ситуации развития старшекласников.

Е.В. Низьева называет следующие группы условий, влияющие на профессиональное становление личности старшекласника:

- личностные характеристики (субъективные представления о профессиях, о требованиях, предъявляемых к будущему специалисту и о себе с позиции социально значимых характеристик);
- социальные факторы, к которым можно отнести модные тенденции, статусность, школьные условия (мнения педагогов их оценочные суждения);
- референтная группа (те друзья и сверстники, мнение и предпочтения которых для старшекласника наиболее значимы), а также семья, средства массовой информации [22].

Данная градация не является однозначной, а скорее отражает общие тенденции. Тем не менее, данные факторы (все вместе или частичное их сочетание) оказывают влияние на формирование у старшекласника представлений о мире профессий и о себе в этом мире.

Такая группа условий, как социальные факторы, предполагает оценку индивидом статуса будущей профессии, ее привлекательность с точки зрения субъективного восприятия (стереотипность образов специалистов, работающих в той или иной профессиональной сфере).

Семья как условие, влияющее на выбор профессии ребенка, в ней воспитывающегося, осуществляет это воздействие как в форме адресных, направленных на старшекласника, требований, так и в виде опосредованного, косвенного воздействия через семейный уклад, воспитательные стратегии родителей, их нравственно–ценностную систему, традиции и прочее.

Кроме того, есть различия в особенностях профессионального самоопределения у юношей и девушек. В частности Е.В. Низьева говорит

о том, что социальный статус семьи (малообеспеченная семья) создает у юношей стереотипное мнение об отсутствии вертикальных социальных лифтов, тем самым ограничивая возможный выбор профессии.

И.А. Колесников указывает на то, что собирательный образ представителя той или иной профессии, формирует у старшеклассников стереотипное восприятие. Это касается внешнего облика, черт характера, системы ценностей, которые передаются через сложившиеся социокультурные стереотипы, при этом суть профессиональной деятельности не является значимой [29].

Личностные особенности включают в себя комплекс, состоящий из: мотивационно–потребностной сферы (желания человека); возможностей (способностей); характера (установки, поведенческие паттерны и прочее).

Е.В. Низьева предлагает рассматривать процесс формирования профессионального самоопределения как систему оказывающих взаимное влияние друг на друга факторов, принимая во внимание тот факт, что профессиональное самоопределение реализуется в поле профессий, которое, в свою очередь, состоит из большого количества альтернативных направлений профессиональной деятельности.

#### Роль самооценки в профессиональном самоопределении

Для психологии понимание самооценки является феноменом самосознания личности, его составной частью. Процесс осознания своего «Я» имеет своим результатом некую отчетность относительно понимания собственных возможностей, потребностей, личностнозначимых качеств.

Применительно к процессу профессионального самоопределения личности понятие самооценки определяется как та оценка, которой человек определяет самого себя, свои способности и их соответствие применительно относительной той или иной профессиональной деятельности. Самооценку необходимо рассматривать относительно возрастного аспекта [1].

Выбор старшеклассниками будущей профессии базируется, в том числе, на их оценке собственных возможностей и способностей к данной

профессиональной деятельности. Зачастую понимание относительно собственных возможностей у старшеклассников является неадекватным. Это приводит в дальнейшем к рассогласованию между их желаемым профессиональным будущим и их реальными личностными характеристиками. В данном контексте неадекватность самооценки свидетельствует как о завышенной, так и о заниженной самооценке.

Успешность в формировании самооценки гарантирована только при благоприятных условиях на нее влияющих.

В старшем школьном возрасте целью самооценки является: самовоспитание и прогнозирование будущей профессии.

Последовательность, которой руководствуются старшеклассники при выборе профессии, определяется уровнем выраженности у них сначала нравственно–волевых качеств, затем интеллектуальных и в последнюю очередь организаторских качеств [53].

Выпускники старших классов мало осведомлены в понимании психологических предпосылок и особенностей процесса профессионального самоопределения. Необходимость выбора профессии и отсутствие понимания вышеуказанных механизмов является серьезным рассогласованием, способным привести к неправильному выбору профессии и, как следствие к разочарованию. Данное противоречие представляется возможным разрешить через формирование у старшеклассников более углубленных психологических знаний относительно психологии личности.

Следовательно, формирование полноценной, адекватной самооценки через повышение осведомленности относительно общепсихологических знаний можно считать основной задачей профориентационной работы.

В основе профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте лежат особенности мотивационно–потребностной сферы старшеклассника, через преломление которых осуществляется выбор профессии, рассматриваемый как многоаспектный процесс.

Отсутствие понимания личностных психологических особенностей способно повлиять на выбор неправильной, несоответствующей личностным особенностям человека профессии, что ведет к разочарованию в профессии.

Таким образом, суть акмеологического подхода состоит в реализации комплексного исследования и восстановления целостности субъекта в период зрелости, когда его индивидуальные, личностные и субъектно-деятельностные качества изучаются в единстве всех взаимосвязей с той целью, чтобы способствовать достижению им тех оптимумов, на которые может подняться каждый. Соответственно, акмеологический подход к проблеме профессионального самоопределения старшеклассников является актуальным подходом к формированию качеств личности будущих специалистов на пороге выбора ими специальности или дальнейшего профессионального пути.

Понятие «личностное самоопределение» можно трактовать как определение индивидом себя в соответствии с выработанными в обществе (и принятыми конкретным индивидом) параметрами становления личности и последующая реализация себя с точки зрения этих параметров. Данный процесс является естественным процессом, и относится к личностному новообразованию подросткового возраста.

В свою очередь, профессиональное самоопределение – это искусственно организованный процесс, который заключается в определении человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма. Суть профессионального самоопределения заключается в осознанном выборе человеком профессии с учетом своих особенностей и возможностей, требований профессиональной деятельности и социально-экономических условий.

Профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей профессиональной жизни: личность постоянно рефлексировывает, переосмысливает свое профессиональное бытие и самоутверждается в профессии.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

### **2.1. Характеристика выборки и методов исследования, анализ результатов исследования**

#### *Характеристика выборки*

В соответствии с выдвинутой целью, задачами и гипотезой эмпирическая часть исследования включает в себя следующие этапы:

1) Констатирующий эксперимент (сентябрь – октябрь 2017 года). На данном этапе была проведена первичная диагностика выборки и выделена проблемная группа.

2) Формирующий эксперимент (ноябрь 2017 года – апрель 2018 года). Непосредственное проведение программы по развитию профессионального самосознания студентов – психологов.

3) Контрольный эксперимент (апрель 2018 года – май 2018 года). Проведение вторичной диагностики профессионального самоопределения старшеклассников.

В исследовании принимали участие обучающиеся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1 г.Первоуральска (МАОУ СОШ № 1).

Исследование проводилось в два этапа: сначала были согласованы даты проведения исследования, а также количество человек, принимающих участие в исследовании. Организационными вопросами занимались представители образовательной организации – классные руководители 9-ых классов. Основной мотивацией для сотрудников послужила потребность в проведении профориентационной работы. Диагностика проводилась с перспективой получения обратной связи, обобщенных данных.

В исследовании приняло участие 51 человек, из них девочек 29, мальчиков 22. Средний возраст участников составил 16 лет (младший – 15 лет, старший – 17 лет). Условия проведения не были специально подготовленными, но соответствовали условиям проведения учебных занятий. Для проведения диагностики обучающиеся были специально приглашены в каникулярное время. Однако это не повлияло на снижение мотивации к процедуре диагностики. На наш взгляд, педагоги провели грамотную мотивационную работу, потому что на протяжении всей процедуры диагностики дети в большинстве были заинтересованы, демонстрировали вовлеченность в процесс. Наиболее сильной мотивацией для них послужила перспектива получения обратной связи, консультации по вопросам профориентационного характера.

Выборка сформирована с целью выявления наличия значимых взаимосвязей в структуре профессионального самоопределения у старшеклассников для последующего формирования экспериментальной и контрольной групп.

#### *Методы и методики исследования*

В нашем исследовании использовались следующие основные методы:

- теоретические: анализ психологической, педагогической, социологической, методической литературы;
- эмпирические: анализ документов, тестирование;
- математико-статистические методы: дескриптивная статистика, сравнительный, интерпретационные методы обработки данных.

Для упорядочивания и сортировки полученных данных использовалась программа MS Excel, для количественной обработки данных – программа SPSS 20.0 для среды Windows.

Дескриптивная статистика. Применяется на начальном этапе обработки данных для оценки параметров распределения переменных, описание центральной тенденции и изменчивости переменных. В нашем



исследовании использовался критерий асимметрии и эксцесса. При применении данного критерия распределение считается приближенным к нормальному закону, если показатели асимметрии и эксцесса не превышают своих стандартных ошибок.

Сравнительный анализ. Используется для выявления значимых различий тех или иных в параметрах того или иного психологического признака в разных подгруппах. Критерии позволяют оценить степень статистической достоверности различий между разнообразными показателями, измеренными согласно плану проведения психологического исследования. В нашем случае применялся непараметрический Т–критерий Уилкоксона для сравнения двух связанных (парных) выборок.

Для проведения исследования были выбраны следующие методики:

1. Методика А.А. Азбель, А.Г. Грецовой «Определение статуса профессиональной идентичности». Данная методика была выбрана для целей работы в связи с тем, что с ее помощью мы установили актуальный статус процесса профессионального самоопределения для каждого респондента на момент проведения диагностики.

По мнению Э. Эриксона, главной преградой к взрослости у старших школьников является формирование их идентичности. Процесс формирования идентичности активно проходит в последние годы нахождения в школе.

Основой для разработки данной методики стали некоторые положения теории Э. Эриксона и концепция идентичности Дж. Марсиа.

А.А. Азбель с участием А.Г. Грецова, разработали четыре статуса профессиональной идентичности. Эти статусы определяют этапы, которые человек проходит на пути своего профессионального становления:

– Неопределенная профессиональная идентичность: отсутствие точного понимания о карьере и дальнейшем профессиональном выборе, респондент даже не думает о выборе профессии.

– Навязанная профессиональная идентичность: понимание своего профессионального будущего сформировано, но не самим респондентом, а навязано извне.

– Мораторий (кризис выбора) профессиональной идентичности: у респондента есть необходимость профессионального выбора, находится в процессе, но еще нет понимания.

– Сформированная профессиональная идентичность: профессиональный выбор сделан осознанно и самостоятельно.

Тест состоит из 20 вопросов с четырьмя вариантами ответов.

Далее выявляется степень выраженности по каждому статусу. Самый ярко выраженный статус определяет актуальное состояние профессиональной идентичности респондента.

2. Методика «Большая пятерка личностных качеств» (А.Г. Грецов). Выбрана нами для определения возможных взаимосвязей между профессиональными предпочтениями и интересами и личностными характеристиками респондента.

Опросник состоит из 40 утверждений. Респонденту предлагается указать степень согласия с каждым из этих утверждений. После обработки выявляется степень выраженности каждого из пяти личностных качеств.

Данная методика позволяет определить уровень выраженности у респондента личностных качеств, входящих в большую пятерку:

- экстраверсия – интроверсия,
- нейротизм – эмоциональная устойчивость (повышенная эмоциональность реакций);
- открытость – закрытость к новому опыту;
- сознательность – несобранность;
- доброжелательность – враждебность.

3. Методика УСК (уровень субъективного контроля) - Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, Л.М. Эткинд.

Выбор данной методики обусловлен одним из базовых положений акмеологии, основанном на том, что для раскрытия человеком своих потенциалов на пути к самосовершенствованию и акме, ему необходимо нести ответственность за происходящее с ним, быть активным субъектом, творцом и созидателем своей жизни. Уровень субъективного контроля в достаточной мере позволяет выявить вектор личной ответственности респондента как за успех так и за неудачи с ним случающиеся. На наш взгляд, коррекционно-развивающая работа, направленная на профессиональное самоопределение, будет результативнее при одновременной работе над уровнем субъективного контроля респондента.

Данная методика позволяет достаточно быстро и достоверно оценить сформированный у испытуемого уровень субъективного контроля над разнообразными жизненными ситуациями. Методика разработана в НИИ им. Бехтерева на основе шкалы локуса контроля Дж. Роттера (Locus of control scale) и опубликован Е.Ф. Бажиным в соавторстве с Е.А. Голынкиной и Л.М. Эткинд в 1984г.

Уровень субъективного контроля - обобщенная характеристика личности, оказывающая регулирующее воздействие на формирование межличностных отношений, способы разрешения кризисных семейных и производственных ситуаций и т. д.

С опорой на концепцию локуса контроля (лат. locus - место, месторасположение), люди, принимающие ответственность за события своей жизни на себя, объясняя их своим поведением, способностями, чертами личности, обладают внутренним (интернальным) контролем. Люди же, которые имеют тенденцию приписывать ответственность за все происходящие с ними события влиянию внешних обстоятельств (другим людям, случаю, судьбе и т. п.), имеют внешний (экстернальный) контроль.

В целях повышения достоверности результатов опросник сбалансирован по следующим параметрам:

– по интернальности-экстернальности — половина из пунктов опросника сформулирована таким образом, что положительный ответ на них дадут люди с интернальным УСК, а другая половина сформулирована так, что положительный ответ на нее дадут люди с экстернальным УСК;

– по эмоциональному знаку – равное количество пунктов опросника описывают эмоционально позитивные и эмоционально негативные ситуации;

– по направлению атрибуций – равное количество пунктов сформулировано в первом и третьем лице.

Показатели опросника УСК организованы в соответствии с принципом иерархической структуры системы регуляции деятельности – таким образом, что включают в себя обобщенный показатель индивидуального УСК, инвариантный к частным ситуациям деятельности, два показателя среднего уровня общности и ряд ситуационных показателей.

4. Методика «Самооценка личности старшеклассника»  
О. Н. Истратова, Т.В. Эксакусто.

Данная методика предполагает выявление высокого, среднего и низкого уровней. Она удобна в применении, обработке результатов и в достаточной мере позволяет выявить уровень самооценки.

Итоговая диагностика по данным методикам позволит выявить изменения в показателях на момент окончания коррекционно-развивающей работы, что, по нашему мнению, позволит сделать вывод о степени эффективности проведенной коррекционно-развивающей работы.

#### *Количественный и качественный анализ результатов диагностики*

Обработка данных производилась с использованием программных пакетов MS Excel и SPSS – 20. Первичная диагностика была проведена в период с сентября 2017г. по октябрь 2017г. Полученные в результате диагностики данные представлены в сводной таблице (Приложение 1). Второй этап диагностики проводился в период с апреля 2018г. по май 2018г.

Далее мы рассмотрели результаты корреляционного анализа, описательной статистики и сравнительного анализа.

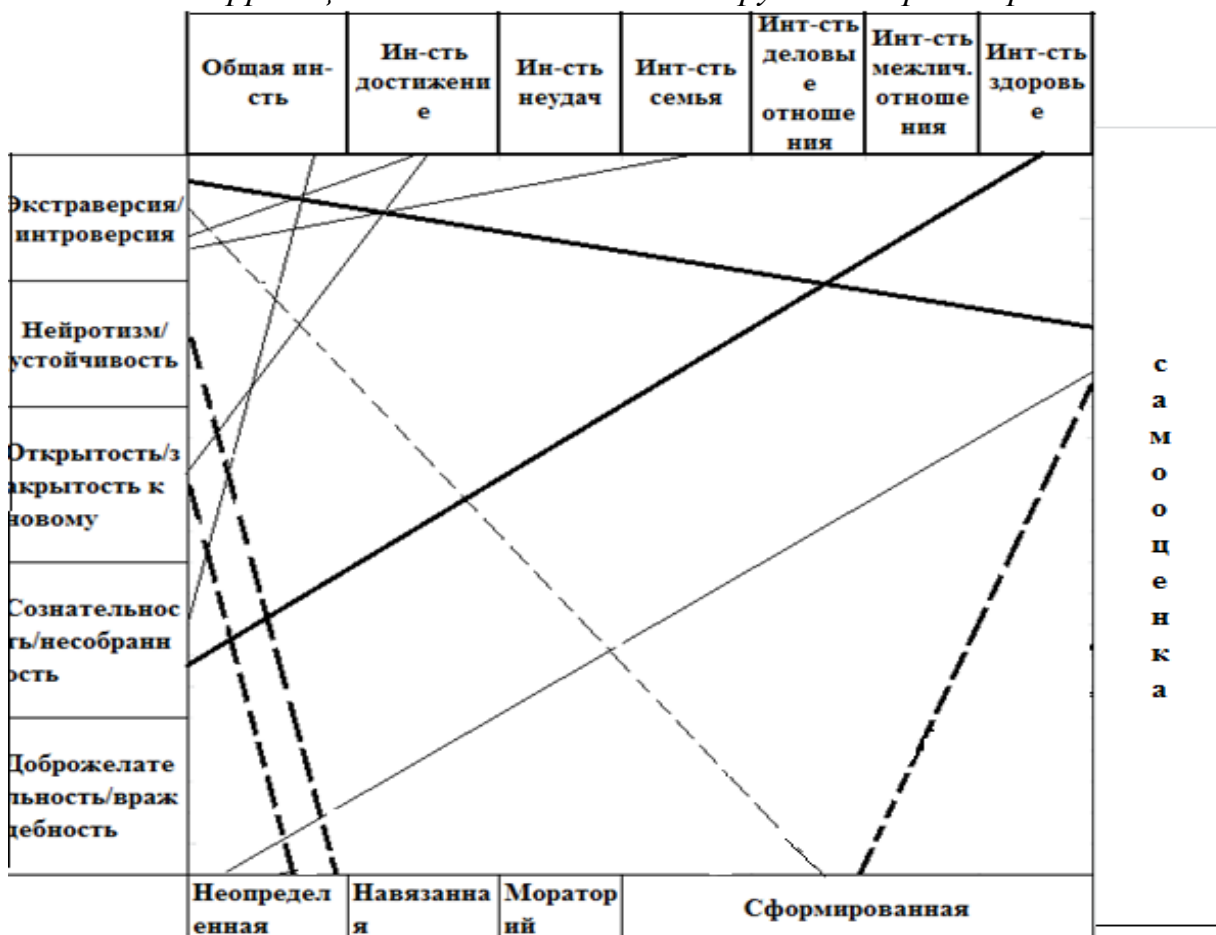
### Результаты корреляционного анализа

В результате оценки показателей ассиметрии и эксцесса выявлено, что распределение отличается от нормального (по Колмогорову-Смирнову). Данные приведены в Таблице 3 (Приложение 3).

В связи с тем, что распределение отличается от нормального, для расчета корреляций мы использовали критерий ранговой корреляции Спирмена. По результатам проведенного корреляционного анализа нами были выявлены значимые корреляции, которые для удобства мы изобразили в виде корреляционной плеяды (Схема 1).

Схема 1

Корреляционная плеяда диагностируемых параметров



Среди выявленных корреляций для реализации цели нашей работы мы сосредоточили свое внимание на таких взаимосвязях как:

– «Экстраверсия/интроверсия» и «самооценка». Данная взаимосвязь может означать, что экстравертированным респондентам свойственна высокая (вероятно, даже завышенная) самооценка.

– «Сознательность/несобранность» и «Общая интернальность». Данная корреляционная связь свидетельствует о том, что респондент, обладающий высоким уровнем ответственности за происходящие с ним события более сознателен, а значит, проявляет большую усердность, целеустремленность, честолюбие и настойчивость, пунктуальность.

– Взаимосвязь между шкалами «Сознательность/несобранность» и «Интернальность в сфере здоровья» позволяет судить о том, что респонденты тем более ответственные за свое здоровье, чем более они в целом сознательны, собраны, усердны и целеустремлены.

– «Нейротизм/устойчивость» и «неопределенная профессиональная идентичность». Данная отрицательная корреляция может говорить о том, что эмоционально неустойчивые люди, склонные к спонтанным решениям, ярким эмоциональным реакциям, в плане выбора профессии менее последовательны, профессиональная идентичность описывается как неопределенная.

– «Самооценка» и «Сформированная профессиональная идентичность». Данная отрицательная корреляция означает, что определившиеся в профессии (самостоятельно сформировавшие свою систему ценностей относительно своего профессионального будущего) респонденты обладают адекватной, а иногда даже сниженной самооценкой. И, соответственно, респондентам, не определившимся с профессией свойственна высокая самооценка.

– «Открытость/закрытость» и «Интернальность в области достижений». Данная положительная корреляция говорит о том, что открытость новому опыту тем выше, чем выше интернальность в области достижений. Респонденты, осознающие степень приложенных к достижению цели собственных усилий, более открыты к новому опыту

и любознательны. Чем ниже уровень по шкале «Открытость/закрытость», тем более закрыт, консервативен респондент.

– «Открытость/закрытость» и «Неопределенный статус профессиональной идентичности». По данным шкалам выявлена отрицательная корреляция. Данная взаимосвязь говорит о том, что чем более открыт респондент к новому опыту, тем меньше у него будет выражена позиция неопределенности относительно своей будущей позиции.

Таким образом, результаты проведенного нами корреляционного анализа позволят сформулировать основные направления коррекционно-развивающей работы и составить обоснованную программу профессионального самоопределения старшеклассников в рамках акмеологического подхода с опорой на те качества, которые лежат в основе феномена профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте.

#### *Результаты описательной статистики*

Для дальнейшей коррекционно-развивающей работы нами были сформированы контрольная и экспериментальная подгруппы. Из общей выборки мы исключили 16 респондентов, чьи показатели по шкалам «Экстраверсия/интроверсия»; «Сознательность/несобранность»; «Общая интернальность» и «Сформированная профессиональная идентичность» были достаточно высокими.

Таким образом, контрольная и экспериментальная группы составили по 18 человек с низкими или средними показателями.

Коррекционно-развивающая работа проводилась нами в классном помещении МАОУ СОШ №1 г. Первоуральска в свободное от уроков время. В состав группы вошли 11 девочек и 7 мальчиков в возрасте от 14 до 16ти лет.

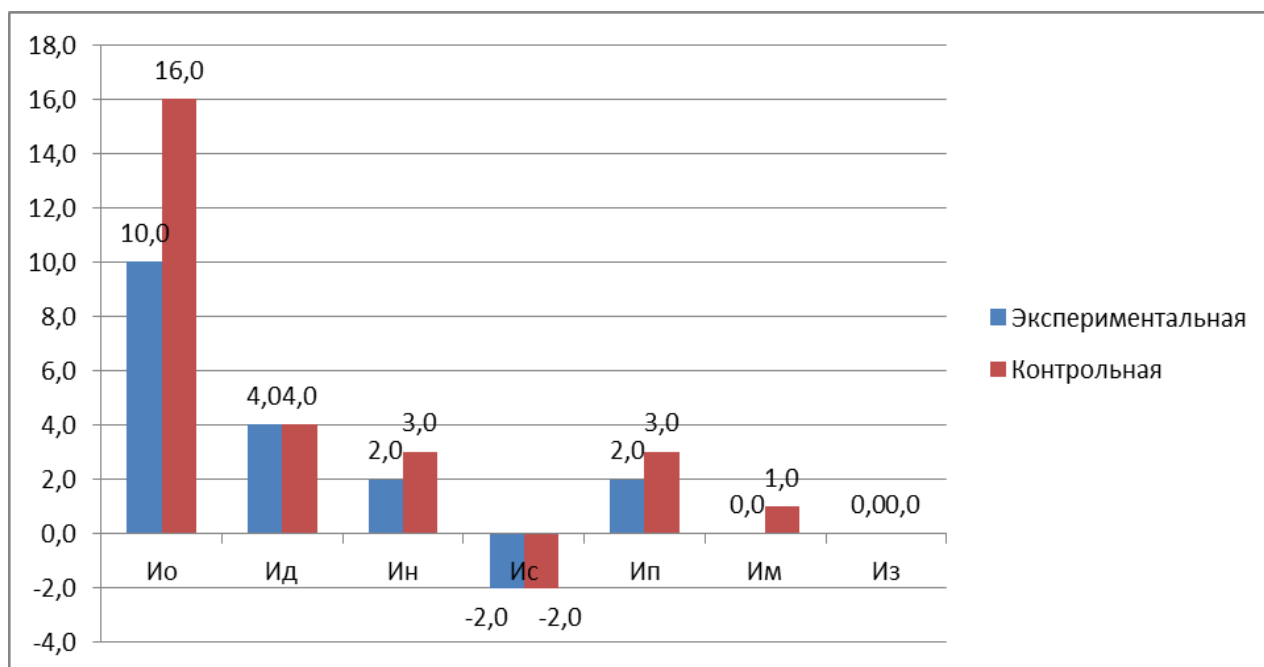
На момент начала коррекционно-развивающей работы показатели в подгруппах (контрольной и экспериментальной) мы представили в виде гистограмм.

Расчеты производились в программе SPSS и Excel. В результате оценки показателей асимметрии и эксцесса в подвыборках выявлено, что распределение отличается от нормального. В ситуации, когда распределение отличается от нормального, интерпретация средних значений невозможна, поэтому для построения гистограмм мы опирались на значения медианы.

Рассмотрим результаты показателей по методике «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттер в экспериментальной и контрольной группах перед проведением Программы (Диаграмма 1).

Диаграмма 1

Гистограмма показателей значения медианы по методике «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттер в экспериментальной и контрольной группах перед проведением Программы



Показатель по шкале «Общей интернальности» в экспериментальной и контрольной подгруппах составляет 10 и 16 соответственно, что в рамках данной методики является показателем ниже среднего уровня. Это говорит



о том, что респонденты в данных подгруппах склонны приписывать результаты значимых событий своей жизни внешним случайным обстоятельствам.

Показатель по шкале «Интернальности в области достижений» для обеих подгрупп составляет 4, что в рамках данной методики означает низкий уровень выраженности. Это свидетельствует о том, что для данных подростков характерно атрибутировать результаты своих достижений внешним, независимым от них воздействиям, таким как везение, удача или стечение обстоятельств.

По шкале «Интернальность в области неудач» показатель в экспериментальной подгруппе и контрольной подгруппе составляет соответственно 2 и 3, что в рамках данной методики соответствует низкому уровню выраженности данного качества. Для данных респондентов свойственно перекладывать ответственность за неудачи с ними случающиеся на окружающих людей или внешние обстоятельства.

По шкале «Интернальность в семейных отношениях» составляет отрицательную величину -2 для обеих подгрупп. В рамках данной методики это низкие показатели. Эти респонденты считают свою семью или некоторых членов своей семьи ответственными за происходящие с ними значимые события.

По шкале «Интернальность в области производственных отношений» составляет 2 и 3 для экспериментальной и контрольной подгрупп соответственно. В рабочем коллективе такие респонденты склонны приписывать своим профессиональные неудачи или отсутствие карьерных перспектив негативному влиянию коллег, недовольству начальства, интригам и прочим, независящим от него ситуациям.

По шкале «Интернальность в области межличностных отношений» показатели составляют 0 и 1 в экспериментальной и контрольной подгруппах соответственно. Для данной методики это говорит о низком уровне выраженности данного феномена. Респонденты с такими показателями

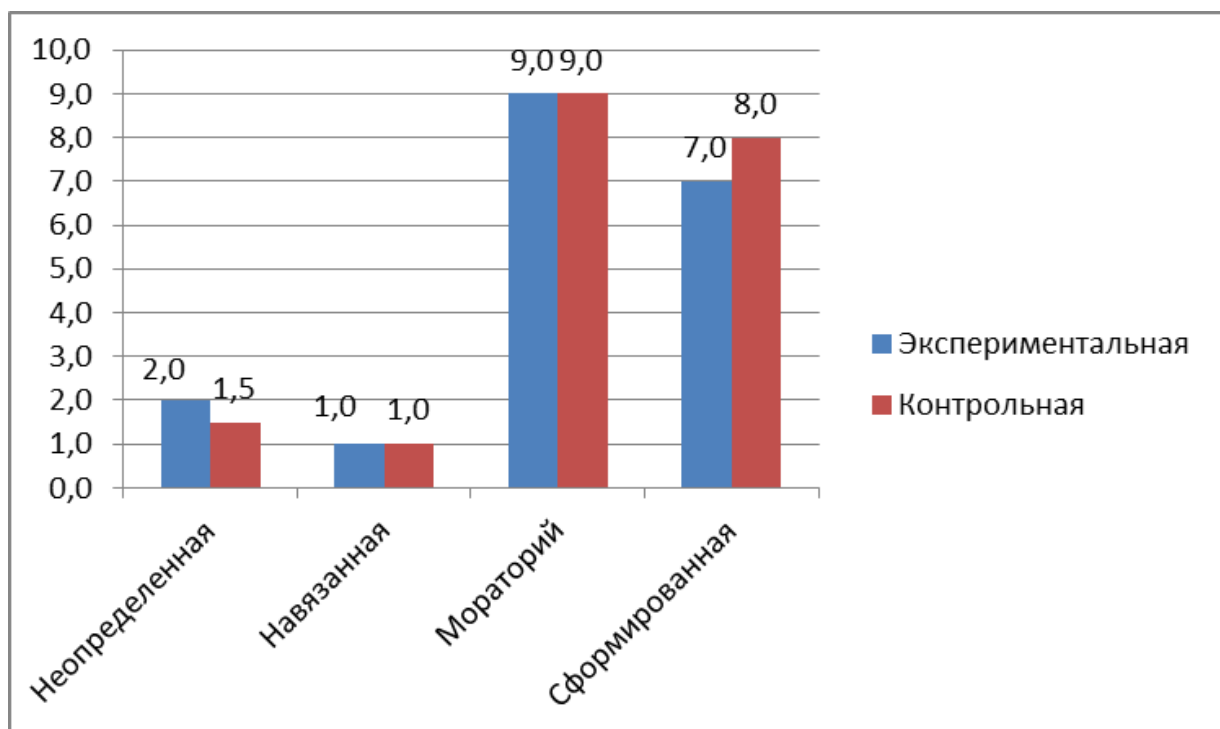
считают ответственными за значимые в их жизни события (как положительные так и отрицательные) окружающих или близких людей.

По шкале «Интернальность в отношении здоровья и болезни» показатели равны нулю в обеих подгруппах. Это говорит о том, что респонденты в экспериментальной и контрольной подгруппах считают, что причина заболевания или болезни кроется в других людях, а выздоровление зависит от действий специалистов и врачей.

На приведенном ниже рисунке рассмотрены результаты показателей по методике «Статус профессиональной идентичности» в экспериментальной и контрольной подгруппах перед проведением Программы (Диаграмма 2)

Диаграмма 2

Гистограмма показателей значения медианы по методике «Статус профессиональной идентичности» в контрольной и экспериментальной группах перед проведением Программы



По шкале «Неопределенное состояние профессиональной идентичности» в экспериментальной и контрольной подгруппах показатели составляют 2 и 1,5 соответственно. В рамках данной методики такой уровень

выраженности профессиональной идентичности считается низким. То есть данных респондентов склонность выстраивать свою жизнь, ориентируясь на текущие желания, и не иметь стратегии профессионального становления свойственная в меньшей степени.

Показатели по шкале «Навязанная профессиональная идентичность» также выражены на низком уровне и составляют 1 для обеих подгрупп, что говорит о низкой степени выраженности данного статуса. Это свидетельствует о том, что респондентам в данных подгруппах не свойственно прислушиваться к мнению авторитетов в выборе профессиональной деятельности.

Значения медианы по шкале «Мораторий (кризис выбора)» составляют для обеих подгрупп 9, что в рамках данной методики говорит о степени выраженности показателя выше среднего. Респонденты рассматривают возможность выбора вектора профессионального развития, они стремятся выйти из состояния поиска, путем принятия рационального осмысленного решения. Они интересуются всеразличными профессиональными ролями, а также способами получения соответствующих профессиональных умений.

По шкале «Сформированная профессиональная идентичность» показатели для респондентов экспериментальной и контрольной подгрупп составляют 7 и 8 соответственно. В рамках данной методики такие показатели говорят о среднем уровне выраженности. Респонденты или уже совершили профессиональный выбор или уже готовы его совершить.

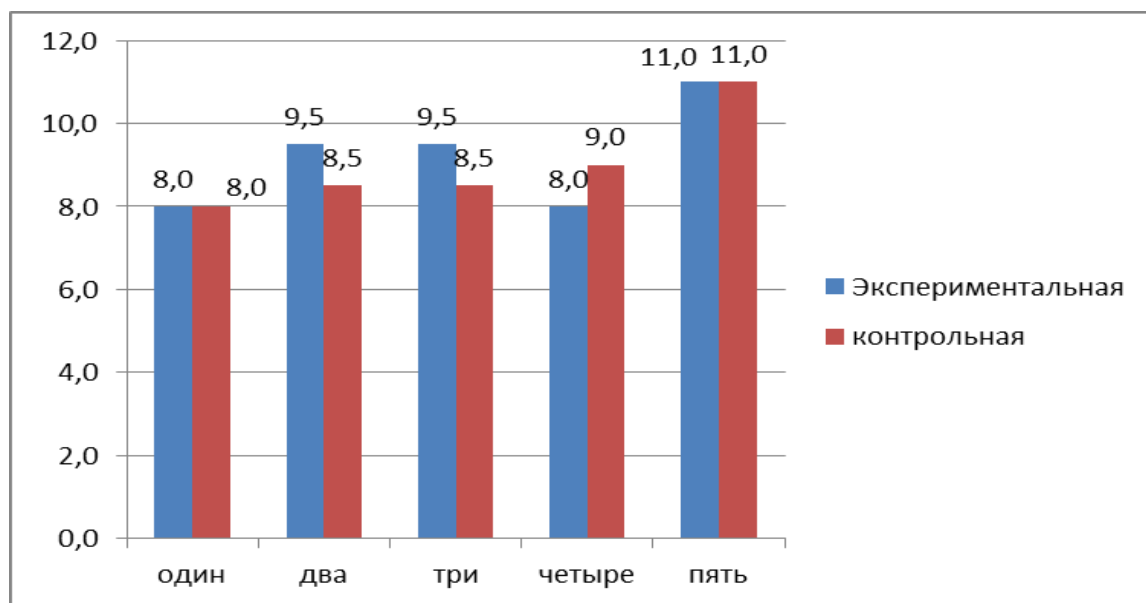
Рассмотрим показатели по методике «Большая пятерка личностных качеств» (А.Г. Грецов) в экспериментальной и контрольной группах перед проведением Программы (Диаграмма 3).

По шкале «Один» (Экстраверсия – интроверсия) в обеих подгруппах показатели составляют 8. В рамках данной методики этот показатель говорит о высоком уровне выраженности указанного качества. Респондентам в большей степени свойственны такие качества как общительность, оптимистичность и активность.

По шкале «Два» (Нейротизм – эмоциональная устойчивость (повышенная эмоциональность реакций)) показатели медианы составляют 9,5 и 8,5 в экспериментальной и контрольной подгруппах соответственно. Для данной методики эти показатели являются высокими, что характеризует респондентов как эмоциональных, не устойчивых к стрессу, бурно реагирующих на любые жизненные ситуации.

Диаграмма 3

Гистограмма показателей значения медианы по методике «Большая пятерка личностных качеств» (А.Г. Грецов) в экспериментальной и контрольной группах перед проведением Программы



По шкале «Три» (Открытость – закрытость к новому опыту) показатели медианы составляют 9,5 и 8,5 в экспериментальной и контрольной подгруппах соответственно. В рамках данной методики эти показатели считаются высокими. Значит, респонденты характеризуются открытостью по отношению ко всему новому, любознательностью, с легкостью воспринимают новое.

Показатель по шкале «Четыре» (Сознательность – Несобранность) для обеих подгрупп также высок и составляет для экспериментальной подгруппы 8 и 9 – для контрольной подгруппы. При высоких показателях респондентов

можно охарактеризовать как усердных, пунктуальных, целеустремленных, надежных, честлюбивых и настойчивых.

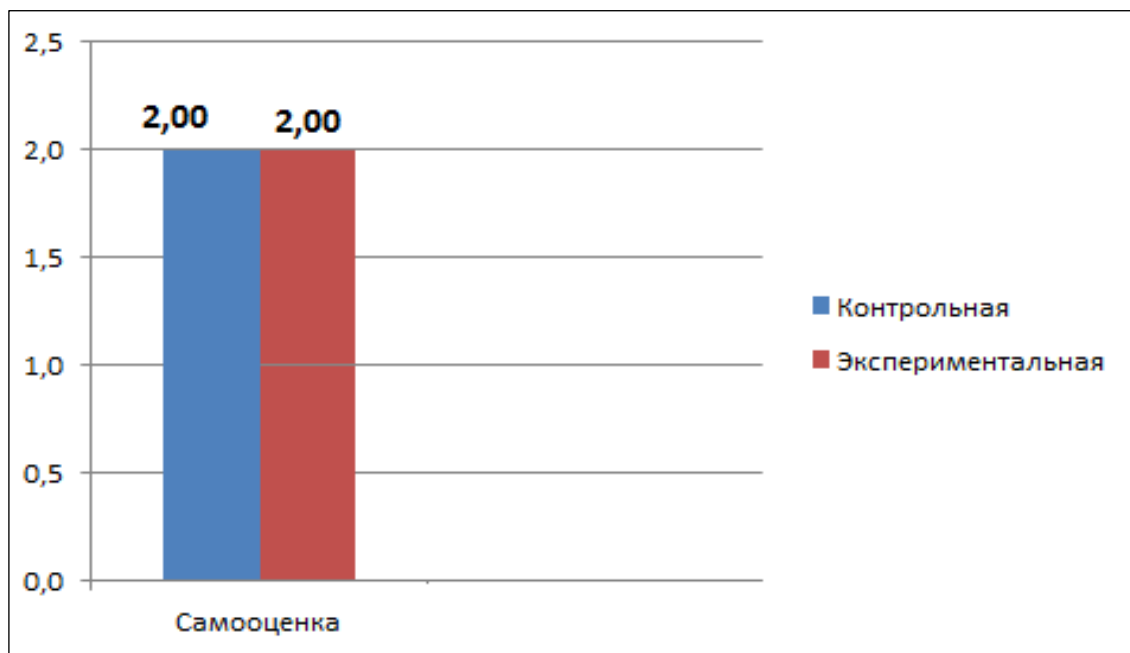
Шкала «Пять» (Доброжелательность – Враждебность). Показатели для обеих подгрупп высокие и составляют 11 баллов. Это говорит о преобладании у респондентов такой черты как доброжелательность, готовность к бескорыстной помощи, доверчивость.

Рассмотрим показатели по методике «Самооценка личности старшеклассника» О.Н Истратова, Т.В. Эксакусто в экспериментальной и контрольной группах перед проведением Программы (Диаграмма 4).

В рамках данной методики выраженность уровня развития самооценки в 2 балла считается средним показателем. Это говорит о том, что в экспериментальной и в контрольной подгруппе респонденты адекватно оценивают себя.

Диаграмма 4

Гистограмма показателей значения медианы по методике «Самооценка личности старшеклассника» О.Н Истратова., Т.В. Эксакусто в экспериментальной и контрольной группах перед проведением Программы



Таким образом, в данном параграфе мы рассмотрели результаты описательной статистики экспериментальной и контрольной групп

для наглядности приведенные в виде гистограмм показателей значений медианы по всем методикам, на которых производилось исследование. Контрольная и экспериментальная группа были сформированы из респондентов, чьи показатели по результатам диагностики составляли средние или низкие значения.

## **2.2. Разработка и апробация программы развития профессионального самоопределения у старшеклассников средствами акмеологического подхода**

Для реализации цели исследования нами была разработана программа развития профессионального самоопределения с применением акмеологического подхода (Приложение 9).

### ***Актуальность Программы***

Стандарт общего среднего образования ориентирован на формирование личностных характеристик будущего выпускника и обозначен как «портрет выпускника школы».

В федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» подчеркнуто, что одним из важнейших показателей эффективности модернизации российского образования является успешность профессиональной ориентации. Предыдущий закон, принятый в 1992 году, определял профессиональную ориентацию исключительно в контексте дополнительного образования. Современный же закон «Об образовании в Российской Федерации» говорит о том, что профессиональная ориентация «детей и молодёжи обеспечивается профессионально ориентированным содержанием среднего общего образования (ст. 66, ч. 3), дополнительным образованием (ст. 75, ч. 1) и психолого–педагогической, медицинской и социальной помощью обучающимся (ст. 42, ч. 2)» [27].

Понимание психологических закономерностей и особенностей старшего школьного возраста, позволяет говорить о том, что данный возраст

является наиболее сензитивным периодом для профессионального самоопределения личности.

Категория «профессионализма» и «самоопределения» является ведущей для акмеологического подхода [31]. Таким образом, необходимость реализовывать программы профориентационной направленности с применением принципов, приемов и методов акмеологического подхода является актуальной.

Данный подход применительно к помощи в профессиональном самоопределении позволит наиболее эффективно реализовать работу, направленную на формирование профессионального становления личности в соответствии с определенными государственной политикой целевыми ориентирами в сфере образования, а также с потребностями и психологическими особенностями старшеклассников.

### ***Проблема***

Несмотря на интерес исследователей к теме психолого-акмеологического подхода к профессиональному самоопределению, данная тема вызывает ряд противоречий:

- между потребностью молодого человека в адекватно сформированном профессиональном самоопределении и отсутствием возможности надежного учета показателей результативности данного процесса с точки зрения акмеологического подхода.

- между потребностью усовершенствования процесса сопровождения профессионального самоопределения старших школьников и отсутствием технологий усовершенствования данного процесса.

- между определенными государственной политикой целевыми ориентирами в сфере образования, направленными на формирование личности выпускника и отсутствием научных, методических разработок на тему профессионального самоопределения старшеклассников в рамках акмеологического подхода.

В этом свете интересной представляется проблема изучения специфики акмеологического подхода к профессиональному самоопределению старшеклассников.

**Цель** развитие профессионального самоопределения старшеклассников на основе акмеологических детерминант.

**Задачи:**

1. Актуализация у старшеклассников необходимости профессионального самоопределения.

2. Повышение уровня психологической компетентности старшеклассников в вопросах, связанных с профессиональным самоопределением.

3. Формирование адекватной самооценки, основанной на понимании собственных индивидуально-психологических особенностей.

4. Повышение уровня сформированности субъективной ответственности.

5. Развитие навыков целеполагания, планирования и поэтапного достижения целей.

6. Формирование положительной нравственной позиции в отношении профессионального труда.

7. Понимание содержания различных форм и видов профессиональной деятельности.

**Объект психолого-педагогического сопровождения:**

– старшеклассники в период профессионального самоопределения.

**Предмет психолого-педагогического сопровождения:**

– психолого-акмеологические формы и методы работы, направленные на формирование профессионального становления старшеклассника.

**Субъекты психолого-педагогического сопровождения** – педагог-психолог, старшеклассники.

**Сроки реализации:**



Программа рассчитана на 1 учебный год – 9 календарных месяцев (аудиторные занятия – 1 академический час 1 раз в 2 недели; внеаудиторная деятельность/домашние задания пропорционально количеству аудиторных занятий). Программа состоит из 36 занятий: 18 занятий аудиторных и 18 внеаудиторных.

### ***Теоретико–методологическая основа:***

– основные положения подходов к психологическому анализу формирования профессиональной деятельности: системный (Б.Ф. Ломов, В.Д. Шадриков), субъектный (К.А. Абульханова, А.В. Брушлинский, А.С. Огнев, С.Л. Рубинштейн), мотивационно-операциональный (В.Г. Асеев, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Н. Леонтьев), профессиографический (Е.А. Климов, Г.С. Никифоров).

Основные принципы, которые использует акмеология:

– принципы системности, активности, развития, детерминизма, единства сознания и деятельности;

– специальные и конкретные методологические принципы акмеологии: субъекта деятельности (А.А. Деркач, Е.А. Климов, И.В. Кузьмина, А.Х. Маркова); потенциального и актуального (С.Л. Рубинштейн).

### ***Принципы профориентационной работы:***

- Принцип детерминизма
- Принцип сознательности в выборе профессии (соответствие выбираемой профессии индивидуальным особенностям личности).
- Принцип потенциального и актуального.
- Принцип личной активности старшеклассника в выборе профессии.
- Принцип развития личности старшеклассника в процессе профессионального самоопределения.
- Принцип системности.
- Принципы гуманизма.

### ***Этапы реализации Программы:***

#### ***1- ый этап - адаптационно-стимулирующий.***

На данном этапе проводится первичная диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики.

Подбираются соответствующие индивидуальным особенностям участников группы методы и формы работы в рамках акмеологического подхода. Реализуются мероприятия, направленные на сплочение группы. В процессе адаптации к условиям и формам работы реализуется мотивационно-стимулирующая составляющая.

### ***2 - ой этап - содержательно-процессуальный.***

Непосредственно реализация программы по профессиональному самоопределению старшеклассников.

### ***3 - ий этап - оценочно-рефлексивный.***

На данном этапе проводится итоговая диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики, после чего реализуется обратная связь участников с педагогом-психологом. Основной целью данного этапа является качественный самоанализ изменений структуры профессионального самоопределения старшеклассниками с последующим самонализом.

#### ***Требования к условиям реализации Программы:***

Материально-техническое оснащение Программы:

- Помещение, соответствующее основным требованиям, предъявляемым к помещениям в образовательной организации (освещение, мебель, площадь и прочее).
- Необходимая оргтехника (проектор, школьная доска или планшет, принтер, компьютер, возможность выхода в интернет, колонки и прочее).
- Методическая и иная литература.
- Оборудование для каждого отдельного занятия.

***Формы работы:*** групповая, индивидуальная, аудиторные и внеаудиторные занятия.

#### ***Методы и техники:***

##### **Информационно-справочные, просветительские методы:**

- 1) Профессиограмма. Ознакомление с профессиограммой помогает старшекласснику выяснить степень соответствия своих психологических,

внутренних качеств требованиям выбранной профессии, что будет способствовать его более успешному определению в ней.

2) Тематическая литература, в том числе биографии известных людей.

3) Ресурсы сети Интернет и СМИ (при условии их достоверности).

3) Профессиональная реклама и агитация.

4) Экскурсии для старшеклассников на предприятия, встречи и подиумные дискуссии с представителями разных профессий.

### **Методы профессиональной психодиагностики:**

2) Тесты-опросники, диагностирующие черты личности и ее направленность: интересы, установки, отношения, ценностные ориентации.

3) Методики субъективного шкалирования и самооценки, предусматривающие оценку каких-либо объектов внешнего мира, людей, событий своей жизни либо себя самого.

4) Интерактивные методики. В эту группу входят психологическая беседа (интервью), являющаяся методом прямого взаимодействия и поэтому сочетающая сбор информации с психолого-педагогическим взаимодействием.

5) Проективные методики, построенные главным образом на интерпретации ответов клиента на внешне нейтральные вопросы, его реакций на ситуации, допускающие множественность возможных суждений при восприятии.

### **Практические методы и техники:**

1) Целеполагание. Техника, позволяющая сформировать навыки постановки актуальной цели или комплекса целей, соответствующих назначению, стратегическим инструкциям (стратегическое целеполагание) и характеру задач, которые нужно разрешить.

2) Управление временем. Техники, позволяющие сформировать некоторые навыки, направленные на работу с трудными и неприятными задачами, при большом их объеме; освоить методы развития чувства времени и прочее.

3) Планирование. Методы и техники, направленные на развитие навыков планирования рабочего процесса, долгосрочных планов, расстановки приоритетов.

4) Развитие навыков самоанализа – это анализ собственных переживаний, суждений, поступков и потребностей. Изучение человеком самого себя, своего внутреннего мира и глубин своей психики, как бы «взгляд изнутри».

5) Ролевая игра. Сопровождаемое ведущим, основанное на рамочном сюжете, специально организованное, обусловленное занятие, предполагающее некоторое погружение участников в роль, заранее сформированную ведущим.

***Структура занятия:***

<b>Этапы</b>	<b>Функции</b>
Мотивационной	Сонастройка участников группы. Мотивация на совместную деятельность
Основной	Совокупность упражнений
Заключительный	Позволяет проанализировать и оценить действия, проводимые в ходе основного этапа
Рефлексия	Эмоциональная (что понравилось, запомнилось, что нет) Смысловая (важность, актуальность полученных знаний)

***Ожидаемый результат:***

Старшеклассники:

- освоили и применяют на практике основные или наиболее актуальные для них приемы и методы целеполагания, планирования, управления временем;
- у участников возросла психологическая компетентность в вопросах личностного и профессионального самоопределения;
- у участников появилась стратегия профессионального становления, основанная на понимании и осознании своих личностных особенностей и потребностей применительно к выбору дальнейшего профессионального пути.

### *Сроки и этапы реализации Программы*

№ п/п	Виды деятельности	Сроки реализации	Ответственный
<p style="text-align: center;"><b>1- ый этап - адаптационно-стимулирующий.</b></p> <p>На данном этапе проводится первичная диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики. Подбираются соответствующие индивидуальным особенностям участников группы методы и формы работы в рамках акмеологического подхода. Реализуются мероприятия, направленные на сплочение группы. В процессе адаптации к условиям и формам работы реализуется мотивационно-стимулирующая составляющая.</p>			
1.	1. «Определение статуса профессиональной идентичности». 2. Методика «Большая пятерка личностных качеств» 3. Методика УСК (уровень субъективного контроля) - Е.Ф. Бажин. 4. Методика «Самооценка личности старшеклассника» О. Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. 5. ДДО Климов	Сентябрь	Педагог-психолог
2.	Консультирование старшеклассников по результатам диагностики. Мотивационная составляющая	Сентябрь	Педагог-психолог
<p style="text-align: center;"><b>2 - ой этап - содержательно-процессуальный.</b></p> <p style="text-align: center;">Непосредственно реализация программы по профессиональному самоопределению старшеклассников.</p>			
2.	Применение методов и форм работы по сопровождению профессионального самоопределения старшеклассников	Октябрь - апрель	Педагог – психолог; Старшеклассники
<p style="text-align: center;"><b>3 - ий этап - оценочно-рефлексивный.</b></p> <p>На данном этапе проводится итоговая диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики, после чего реализуется обратная связь участников с педагогом-психологом. Основной целью данного этапа является качественный самоанализ изменений структуры профессионального самоопределения старшеклассниками с последующим самонализом.</p>			
1.	Итоговая диагностика	<b>май</b>	Педагог-психолог
2.	Сравнительный анализ эффективности программы		Педагог-психолог
3.	Обратная связь от участников относительно сформированности навыков, произошедших изменений		Педагог-психолог; Старшеклассники

### **2.3. Анализ эффективности программы развития профессионального самоопределения у старшеклассников средствами акмеологического подхода**

#### *Результаты сравнительного анализа*

Сравнительный анализ был проведен с использованием программного пакета SPSS -20. Для получения результатов мы использовали Т- критерий Уилкоксона. Соответствующие данные приведены в Таблице 7 (Приложение 7).

У старшеклассников, входящих в состав экспериментальной группы, мы увидели значимые изменения по шкале общей интернальности ( $T = -3,732$ ,  $p = 0,000$ ). Такой результат означает, что у участников экспериментальной группы повысился уровень собственной ответственности. Данный факт является подтверждением эффективности реализованной нами коррекционно-развивающей Программы.

Также у старшеклассников из экспериментальной группы были выявлены изменения в показателях по шкале «Сформированный статус профессиональной идентичности» ( $T = -3,778$ ,  $p = 0,000$ ). Эти показатели означают, что старшеклассники, входящие в состав экспериментальной группы, в значительной мере приблизились к определенности относительного своего профессионального будущего. Этот факт также подтверждает эффективность разработанной нами коррекционно-развивающей Программы.

В экспериментальной подгруппе также значимо изменились показатели по шкале «Сознательность – несобранность». Ее значение по Т-критерию Уилкоксона составило  $T = -3,354$ ,  $p = 0,001$ . Этот факт говорит о том, что у респондентов возросла сознательность, они стали более целеустремленными и пунктуальными. Этот факт также подтверждает эффективность разработанной нами Программы.

Таким образом, для реализации эмпирического исследования нами была сформирована выборка, в состав которой вошли обучающие

старших классов муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1 г.Первоуральска (МАОУ СОШ № 1). В состав выборки вошел 51 человек, из них девочек 29, мальчиков 22. Средний возраст участников составил 16 лет (младший – 15 лет, старший – 17 лет).

Для проведения диагностики были выбраны следующие методики:

1. Методика А.А. Азбель, А.Г. Грецовой «Определение статуса профессиональной идентичности».
2. Методика «Большая пятерка личностных качеств» (А.Г. Грецов).
3. Методика УСК (уровень субъективного контроля) - Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, Л.М. Эткинд.
4. Методика «Самооценка личности старшеклассника» О. Н. Истратова, Т.В. Эксакусто.

Полученные в ходе диагностики данные были внесены в сводную таблицу эмпирических данных (Приложение 1). Далее был проведен анализ на определение нормальности распределения, в ходе которого мы выявили, что распределение отличается от нормального (Приложение 2). С использованием критерия ранговой корреляции Спирмена мы провели корреляционный анализ, по результатам которого были выявлены значимые взаимосвязи в структуре профессионального самоопределения старшеклассников.

Далее нами были сформированы две подгруппы – экспериментальная и контрольная. У респондентов в данных подгруппах показатели уровня сформированности таких качеств как самооценка, общая интернальность, сознательность, доброжелательность были сравнительно низкими.

Далее нами была разработана и реализована программа профессионального самоопределения старшеклассников. По окончании реализации указанной программы, нами была проведена итоговая

диагностика респондентов в контрольной и экспериментальной подгруппах. Результаты проведенной диагностики внесены в сводные таблицы данных (Приложение 2).

Для представления результатов описательной статистики были построены диаграммы, основанный на значениях медианы. Данные диаграммы приведены в тексте работы в соответствующем разделе второго параграфа данной главы.

Для получения результатов сравнительного анализа был использован Т–критерий Уилкоксона.

У старшеклассников, входящих в состав экспериментальной группы, мы увидели значимые изменения по шкале общей интернальности ( $T = -3,732$ ,  $p = 0,000$ ); по шкале «Сформированный статус профессиональной идентичности» ( $T = -3,778$ ,  $p = 0,000$ ); по шкале «Сознательность – несобранность» значение по Т-критерию Уилкоксона составило  $T = -3,354$ ,  $p = 0,001$ . Выявленные сдвиги по данным шкалам свидетельствуют о том, что у старшеклассников, входящих в состав экспериментальной группы, возрос уровень сформированности тех качеств, которые соответствуют данным шкалам, в отличие от уровня сформированности этих же качеств у старшеклассников контрольной группы.

Таким образом, результаты сравнительного анализа подтверждают эффективность разработанной нами программы развития профессионального самоопределения старшеклассников средствами акмеологического подхода.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В соответствии с целью и задачами нашего исследования мы провели теоретический анализ таких понятий как «профессиональное самоопределение», «акмеологический подход» и рассмотрели особенности профессионального самоопределения старшеклассников.

Суть акмеологического подхода состоит в реализации комплексного исследования и восстановления целостности субъекта в период зрелости, когда его индивидуальные, личностные и субъектно–деятельностные качества изучаются в единстве всех взаимосвязей с той целью, чтобы способствовать достижению им тех оптимумов, на которые может подняться каждый. Соответственно, акмеологический подход к проблеме профессионального самоопределения старшеклассников является актуальным подходом к формированию качеств личности будущих специалистов на пороге выбора ими специальности или дальнейшего профессионального пути.

Понятие «личностное самоопределение» можно трактовать как определение индивидом себя в соответствии с выработанными в обществе (и принятыми конкретным индивидом) параметрами становления личности и последующая реализация себя с точки зрения этих параметров. Данный процесс является естественным процессом, и относится к личностному новообразованию подросткового возраста.

В свою очередь, профессиональное самоопределение – это искусственно организованный процесс, который заключается в определении человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма. Суть профессионального самоопределения заключается в осознанном выборе человеком профессии с учетом своих особенностей и возможностей, требований профессиональной деятельности и социально–экономических условий.

Профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей профессиональной жизни: личность постоянно рефлексировывает,

переосмысливает свое профессиональное бытие и самоутверждается в профессии.

Далее нами была проведена диагностика уровня сформированности качеств, значимых для профессионального самоопределения. Диагностика проводилась по следующим методикам:

— Методика А.А. Азбель, А.Г. Грецовой «Определение статуса профессиональной идентичности».

— Методика «Большая пятерка личностных качеств» (А.Г. Грецов).

— Методика УСК (уровень субъективного контроля) - Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, Л.М. Эткинд.

— Методика «Самооценка личности старшеклассника» О. Н. Истратова, Т.В. Эксакусто.

В соответствии с выдвинутой целью, задачами и гипотезой эмпирическая часть исследования состояла из следующих этапов:

1) Констатирующий эксперимент (сентябрь – октябрь 2017 года). На данном этапе была проведена первичная диагностика выборки и выделена проблемная группа.

2) Формирующий эксперимент (ноябрь 2017 года – апрель 2018 года). Непосредственное проведение программы по развитию профессионального самосознания студентов – психологов.

3) Контрольный эксперимент (апрель 2018 года – май 2018 года). Проведение вторичной диагностики профессионального самоопределения старшеклассников.

В исследовании принимали участие обучающиеся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1 г.Первоуральска (МАОУ СОШ № 1).

Для упорядочивания и сортировки полученных данных использовалась программа MS Excel, для количественной обработки данных – программа SPSS 20.0 для среды Windows.

Далее нами была разработана и апробирована программа развития профессионального самоопределения старшеклассников средствами акмеологического подхода.

После чего мы провели итоговую диагностику на контрольной и экспериментальной группах. Результаты диагностики были проанализированы по средствам сравнительного анализа по Т-критерию Уилкоксона. Данные сравнительного анализа позволили нам сделать вывод о том, что разработанная нами программа развития профессионального самоопределения старшеклассников является эффективной.

Цели и задачи, поставленные в нашей работе можно считать достигнутыми.

Гипотеза о том, что специально разработанная на основе акмеологического подхода программа развития профессионального самоопределения старшеклассников позволит повысить уровень развития качеств, значимых для профессионального самоопределения старшеклассников, подтверждена.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адольф, В.А., Ильина, Н.Ф. Инновационная деятельность педагога в процессе его профессионального становления / Агентство образования адм. Краснояр. края, Краснояр. краев. ин-т повышения квалификации и проф. переподгот. работников образования. – Красноярск: Поликом, 2007. – 190 с.
2. Акмеология: Учебное пособие / А. Деркач, В. Зазыкин. — СПб.: Питер, 2003. — 256 с.: ил. — (Серия «Учебное пособие»).
3. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания. СПб.: Питер, 2002. С. 272
4. Анисимов, О.С. Акмеологические факторы повышения эффективности стратегического мышления руководителя. Научно-практический рецензируемый журнал «Акмеология». 2016; (4):53-58. URL: <https://acmeology.elpub.ru/jour/article/view/34> (дата обращения: 11.05.2018).
5. Афонькина, Ю.А. Профессиональное развитие как предмет психологического исследования: научный анализ отечественных концепций // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2010. №2 (4). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-razvitiye-kak-predmet-psihologicheskogo-issledovaniya-nauchnyy-analiz-otechestvennykh-kontseptsiy> (дата обращения: 13.04.2018).
6. Бадашкеев, М.В. Профориентация старшеклассников в условиях сельской школы // Таврический научный обозреватель. 2015. №4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proforientatsiya-starsheklassnikov-v-usloviyah-selskoy-shkoly> (дата обращения: 10.07.2018).
7. Балданова, Л.А. Акмеологический подход в повышении качества образования // Вестник МГУКИ. 2010. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/akmeologicheskiiy-podhod-v-povyshenii-kachestva-obrazovaniya> (дата обращения: 07.07.2018).
8. Бегалиева, С.Б. Акмеологический подход – новая парадигма в совершенствовании подготовки будущих специалистов // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 7. – С. 123-126.

9. Бекузарова Н. В., Миронов А. Г. Современные тенденции развития образовательного законодательства России в сфере профориентационной деятельности // Вестник КрасГАУ. 2013. №12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-tendentsii-razvitiya-obrazovatel'nogo-zakonodatelstva-rossii-v-sfere-proforientatsionnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 10.05.2018)
10. Бесклубная А. В. Особенности профессионального самоопределения современных старшеклассников // Известия Самарского научного центра РАН. 2011. №2-4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnogo-samoopredeleniya-sovremennyh-starsheklassnikov> (10.05.2018)
11. Беспалов И.А.. Профессиональный акмеологический потенциал руководящих кадров государственной службы российской федерации. Автореф. дис. на соиск. уч. степени канд. псих.наук. Москва – 2008.
12. Бодалёв, А.А. Акмеология развития человека: феноменология, закономерности, механизмы // ЧиО. 2007. №3-4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/akmeologiya-razvitiya-cheloveka-fenomenologiya-zakonomernosti-mehanizmy> (дата обращения: 10.04.2018).
13. Божович, Л.И. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов / под ред. Д.И. Фельдштейна. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – С. 87-101.
14. Бочарова, Е.П. Акмеологический подход к образованию // Гуманитарные исследования в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. 2008. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/akmeologicheskiiy-podhod-k-obrazovaniyu> (дата обращения: 10.05.2018).
15. Быков О. В. Типичные варианты профессионального самоопределения у старшеклассников педагогических классов и их психофизиологические корреляты // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии. 2000. № 1. С. 13–15

16. Глинский, А.С. Развитие познавательной активности учащихся с применением акмеологического подхода. [Текст]: Автореф. дис. на соиск.уч. степени канд. пед. наук. Омск. 2007г., 46С.
17. Деркач, А.А. Акмеология : учеб. пособие / А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин. – СПб.: Питер, 2003. – 256 с.
18. Жучко, В.В. Историография проблемы профессионального самоопределения личности // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2011. №1 (6). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriografiya-problemy-professionalnogo-samoopredeleniya-lichnosti> (дата обращения: 02.05.2018)
19. Зазыкин, В.Г. Масштаб личности как акмеологическое условие профессионализма // Акмеология. 2013. № 2.
20. Зеер, Э.Ф. Психология профессий: Учебное пособие для студентов вузов.– М.: 2003.– С.10 – 16.
21. Зеер, Э.Ф., Павлова, А.М., Садовникова, Н.О. Профориентология: Теория и практика. С.3 – 5.
22. Иванова, А.Н. Путешественник как личность с потребностью в новизне и самотрансценденции // Вестн. Том. гос. ун-та. 2015. №400. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/puteshestvennik-kak-lichnost-s-potrebnostyu-v-novizne-i-samotransstsendentsii> (дата обращения: 04.06.2018)
23. Иванова, Е.Н. Социально-психологические факторы адаптации молодых специалистов на предприятии // Машиностроение и компьютерные технологии. 2014. №12 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-factory-adaptatsii-molodyh-spetsialistov-na-predpriyatii> (дата обращения: 10.09.2018).
24. Игумнова, О.В. Профессиональные пробы в преподавании иностранного языка в вузе: организационный аспект / О.В. Игумнова // Иностранные языки в школе. – 2012. - № 07. – С. 58-66.
25. Ионов А.В. Допрофессиональное самоопределение учащихся средней школы // ЧиО. 2009. №4. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/doprofessionalnoe-samoopredelenie-uchaschihsya-sredney-shkoly> (дата обращения: 10.09.2018)

26. Искандеров, Н.Ф., Пономарева, Е.А. Дидактические основы эксплицитной и имплицитной методики обучения // ИСОМ. 2015. №5-2 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/didakticheskie-osnovy-eksplitsitnoy-i-implitsitnoy-metodiki-obucheniya> (дата обращения: 27.09.2018).

27. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2004. — 304 с.. 2004

28. Козырева, О.А. Основные аспекты отечественных и зарубежных концепций профессионального развития // ОТО. 2007. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-aspekty-otechestvennyh-i-zarubezhnyh-kontseptsiy-professionalnogo-razvitiya> (дата обращения: 05.06.2018).

29. Колесников, И.А. Профессиональное самоопределение старшеклассников как педагогическое понятие // Вестник Южно-Уральского государственного университета. - 2009. - № 31. - с. 71-76.

30. Кон, И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. — М.: Педагогика, 1984. — 335 с.

31. Корчагина, Н.В. Формирование профессионализма педагогов-музыкантов на основе акмеологического подхода. [Текст]: Автореф. дис. на соиск. уч. степени д-ра. пед. Наук / Саратов. Гос. Ун-т — 2012. — 46с.

32. Краснощеченко, И.П. Акмеологическая концепция становления и развития профессиональной субъектности будущих психологов [Текст]: Автореф. дис. на соиск. уч. степени д-ра. психол. наук / Калуж. гос. ун-т им. К. Э. Циолковского. — М., 2012. — 46 с.— URL: <http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=162130> (дата обращения: 06.05.2018)

33. Крылова, Н.А. Профессиональное и личностное самоопределение студентов в условиях профессионально-педагогического образования // НиКа. 2011.

34. Лебедева В.А. Психология сегодня. Материалы X регион. студ. науч.-практ. конф. Екатеринбург, 23 – 24 апр. 2008г. Екатеринбург: ГОУ ВПО «Рос. гос. проф. – пед. ун-т», 2008. – 254 с.
35. Лупанова Н.А. Самоопределение личности как научная категория // Вестник КГУ. 2010. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samooopredelenie-lichnosti-kak-nauchnaya-kategoriya> (дата обращения: 06.03.2018)
36. Максимова, В.Н. Акмеологические технологии обучения в школе – учителю // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2010. №2 (4). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/akmeologicheskie-tehnologii-obucheniya-v-shkole-uchitelyu> (дата обращения: 05.06.2018).
37. Михайлова, А.Г. Формирование профессионально-творческих способностей будущих инженеров в рамках акмеологического подхода // Преподаватель XXI век. 2016. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-professionalno-tvorcheskih-sposobnostey-buduschih-inzhenerov-v-ramkah-akmeologicheskogo-podhoda> (дата обращения: 05.06.11.2018).
38. Назирова, Л.К. Вестник Таджикского национального университета. 2015. № 3-1. С. 304-309.
39. Нечаева, А.С. Проблема понимания профессионального самоопределения в контексте восприятия событий жизненного пути // Санкт-Петербургский образовательный вестник. 2018. №1–2 (17–18). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-ponimaniya-professionalnogo-samooopredeleniya-v-kontekste-voSPIriatiya-sobytiy-zhiznennogo-puti> (дата обращения: 05.06.2018).
40. Осипова, А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. М.: сфера, 2002 г. 510 с.
41. Попович А.Э. Профессиональное самоопределение старшеклассников в педагогическом процессе общеобразовательной школы: дис.: канд. пед. наук: 13.00.01. – М., 2012. – 511 с.



42. Почебут, Л.Г. Евгений Сергеевич Кузьмин – основоположник социальной психологии (к 90-летию со дня рождения) // Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика. 2011. №4.
43. Пряжников, Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика. – М.: «Академия», 2007. – с.
44. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии - СПб: Издательство «Питер», 2000 - 712 с.
45. Седых, А.Б. Вклад Джона Льюиса Холланда в психологию профессий и карьеры (к 90-летию со дня рождения известного учёного) // Южно-российский журнал социальных наук. 2009. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vklad-dzhona-lyuisa-hollanda-v-psihologiyu-professiy-i-kariery-k-90-letiyu-so-dnya-rozhdeniya-izvestnogo-uchyonogo> (дата обращения: 05.06.2018).
46. Скибицкий, Э.Г., Холина, Л.И. Использование андрагогического и акмеологического подходов при подготовке магистрантов в образовательной организации. [Текст] // Непрерывное профессиональное образование: теория и практика // Томск, 2018. С. – 5-9.
47. Сотникова, Н.В. Акмеологические закономерности в интегративной системе развития профессионализма кадров управления [Текст]: Автореф. дис. на соиск. уч. степени канд. псих. наук. Москва – 2005.
48. Темербекова, А.А. Педагогические условия формирования профессиональной направленности будущего учителя математики на базе компетентностного и акмеологического подходов. Вестник ТГПУ. 2014. №11 (152). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-formirovaniya-professionalnoy-napravlennosti-buduschego-uchitelya-matematiki-na-baze-kompetentnostnogo-i> (дата обращения: 04.05.2018).
49. Толковый словарь по психологии. Личностное самоопределение. URL: [https://psychology\\_dictionary.academic.ru](https://psychology_dictionary.academic.ru). (дата обращения: 06.14.2018)
50. Толочек, В.А. «Современное человекознание» Б. Г. Ананьева: состояние и проблемы // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия:

Психология. 2007. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-chelovekoznanie-b-g-ananieva-sostoyanie-i-problemy> (дата обращения: 04.06.2018).

51. Тупикина, Г.Г. Формирование профессионального самоопределения старших школьников в процессе профильного обучения [Текст]: Дис. к. пед. наук. – Кемерово: 2006. – С.10.

52. Федорова, Л.Д. Профессиональное самоопределение школьников // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2014. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-samooopredelenie-shkolnikov> (дата обращения: 06.06.2018)

53. Шайдурова, О.В, Гончаревич, Н.А. Профессионально–личностное самоопределение молодежи // Вестник КрасГАУ. 2013. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalno-lichnostnoe-samooopredelenie-molodezhi> (дата обращения: 05.06.2018).

54. Юркевич, Л.Н. Структурно-функциональная модель формирования иноязычной медиакомпетентности // Дискуссия. 2014. №6 (47). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/strukturno-funktsionalnaya-model-formirovaniya-inoyazychnoy-mediakompetentnosti> (дата обращения: 07.07. 2018).

55. Ясакова, Н. В. Акмеологический подход как креативноформирующая образовательная модель // Молодой ученый. – 2015. – №23. – С. 1024 –1026.

# ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Таблица 1. Сводная таблица эмпирических данных

Номер п/п	пол	возраст	Ио	Ид	Ин	Ис	Ип	Им	Из	Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформированная	I	II	III	IV	V	Самооценка
1	1	15	-6	-4	-2	-6	4	-2	0	6	1	9	4	12	9	9	7	11	3
2	1	15	10	6	4	-4	8	4	-2	3	2	11	4	6	8	3	8	8	1
3	1	15	4	2	-2	-2	0	2	2	2	1	9	8	5	5	7	7	6	1
4	1	15	10	4	6	2	0	2	2	3	1	11	5	8	8	7	9	12	3
5	1	16	-6	-4	-2	-6	4	-2	0	3	0	6	11	8	8	7	9	12	1
6	1	16	6	4	2	-2	2	0	0	2	0	8	10	7	12	13	8	6	2
7	1	15	10	4	6	2	0	2	2	0	0	12	8	8	8	7	9	12	1
8	1	15	8	4	2	-2	0	2	4	0	2	9	9	5	9	10	10	9	2
9	1	15	8	4	2	-2	0	2	4	0	2	8	10	7	11	12	10	6	2
10	1	15	2	-2	2	-6	4	0	0	3	3	6	8	8	8	7	9	12	1
11	1	16	6	4	2	-2	2	0	0	6	1	9	4	7	12	13	8	6	2
12	1	15	10	4	6	2	0	2	2	0	4	9	7	8	8	7	9	12	1
13	2	15	-6	-4	-2	-6	4	-2	0	7	2	9	2	13	3	6	9	11	3
14	2	15	10	6	4	-4	8	4	-2	6	1	12	1	10	15	11	6	11	2
15	2	15	4	2	-2	-2	0	2	2	0	3	9	8	12	11	15	12	13	2
16	2	15	10	4	6	2	0	2	2	1	1	3	15	13	3	6	9	11	3
17	2	15	10	4	6	2	0	2	2	11	1	6	2	8	8	7	9	12	1
18	2	14	6	4	2	-2	2	0	0	3	1	12	4	10	15	11	6	11	2
19	2	15	10	0	4	-2	4	0	0	3	2	8	7	7	10	10	11	11	3
20	2	15	8	4	2	-2	0	2	4	2	0	9	8	5	9	10	10	9	2
21	2	15	2	-2	2	-6	4	0	0	0	0	11	9	14	14	11	7	11	3
22	2	14	6	4	2	-2	2	0	0	1	1	12	6	10	15	11	6	11	2
23	2	15	10	0	4	-2	4	0	0	0	0	12	8	7	10	10	11	11	3
24	2	16	10	0	4	-2	4	0	0	7	0	12	1	12	9	9	7	11	3
25	2	15	10	4	6	2	0	2	2	0	3	12	5	10	15	11	6	11	2
26	2	15	6	4	2	-2	2	0	0	5	0	12	3	12	11	15	12	13	2
27	2	15	10	0	4	-2	4	0	0	0	3	5	12	4	12	8	7	8	2
28	2	15	-6	-4	-2	-6	4	-2	0	1	1	12	6	5	5	7	7	6	3
29	2	15	10	6	4	-4	8	4	-2	0	2	12	6	8	10	16	7	10	1
30	2	15	4	2	-2	-2	0	2	2	1	1	8	10	8	8	7	9	12	2
31	2	14	-6	-4	-2	-6	4	-2	0	1	0	6	13	8	8	7	9	12	1
32	2	15	6	4	2	-2	2	0	0	6	0	6	8	7	12	13	8	6	2
33	2	15	10	0	4	-2	4	0	0	0	0	9	11	5	9	10	10	9	2
34	2	16	8	4	2	-2	0	2	4	1	1	3	15	7	11	12	10	6	2
35	2	15	2	-2	2	-6	4	0	0	2	1	6	11	8	8	7	9	12	1
36	2	16	6	4	2	-2	2	0	0	8	0	12	0	13	3	6	9	11	3
37	1	15	12	4	4	4	2	-2	2	1	2	3	5	12	8	13	11	11	3
38	1	15	16	8	4	6	0	2	0	2	3	2	13	8	10	16	7	10	3
39	1	15	24	6	6	2	8	2	4	1	0	8	11	7	11	12	10	6	2
40	1	15	23	5	8	5	5	1	3	3	1	8	8	13	3	6	9	11	3
41	1	15	24	6	6	2	8	2	4	8	0	6	6	13	3	6	9	11	3
42	1	15	23	5	8	5	5	1	3	6	1	9	4	13	3	6	9	11	3
43	2	15	16	8	4	6	0	2	0	0	2	6	12	16	12	12	9	9	3
44	2	15	16	8	2	0	2	2	4	4	1	10	5	12	11	15	12	13	2
45	2	15	16	8	-2	4	2	2	2	0	2	7	11	16	12	12	9	9	3
46	2	15	16	8	0	2	6	2	2	2	3	10	5	12	14	8	10	12	2
47	2	15	16	8	2	0	2	2	4	2	0	12	6	12	11	15	12	13	2
48	2	15	16	8	4	6	0	2	0	1	0	12	8	12	8	13	11	11	3
49	2	15	23	5	8	5	5	1	3	12	1	6	1	13	3	6	9	11	3
50	2	15	23	5	8	5	5	1	3	0	2	9	9	8	8	7	9	12	1
51	2	15	23	5	8	5	5	1	3	0	2	6	12	7	11	12	10	6	2

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Экспериментальная подгруппа																	
Ио	Ид	Ин	Ис	Ип	Им	Из		Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформированная	I	II	III	IV	V	Самооценка
12	2	0	-6	4	-2	0	0	6	1	9	9	12	9	9	9	11	3
12	2	0	-6	4	-2	0	0	7	2	9	8	13	3	6	11	11	3
12	2	0	-6	4	-2	0	0	1	0	6	15	8	8	7	11	12	1
14	3	2	-6	4	0	0	0	2	1	6	14	8	8	7	12	12	1
16	2	0	-2	0	2	2	2	2	1	9	11	5	5	7	10	6	1
17	2	0	-2	0	2	2	2	1	1	8	15	8	8	7	11	12	2
16	4	2	-2	2	0	0	0	3	1	12	7	10	15	11	9	11	2
19	4	2	-2	2	0	0	0	1	1	12	9	10	15	11	9	11	2
21	4	2	-2	2	0	0	0	6	0	6	13	7	12	13	9	6	2
23	4	2	-2	0	2	4	0	0	2	9	15	5	9	10	10	9	2
25	4	2	-2	0	2	4	0	0	2	8	15	7	11	12	10	6	2
23	4	2	-2	2	0	0	0	2	0	8	15	7	12	13	8	6	2
29	4	2	-2	2	0	0	0	6	1	9	9	7	12	13	9	6	2
24	4	6	2	0	2	2	2	3	1	11	8	8	8	7	9	12	3
25	0	4	-2	4	0	0	0	7	0	12	8	12	9	9	8	11	3
24	4	6	2	0	2	2	0	0	3	12	8	10	15	11	8	11	2
23	0	4	-2	4	0	0	0	0	3	5	15	4	12	8	9	8	2
29	6	4	-4	8	4	-2	0	0	2	12	9	8	10	16	9	10	1
Контрольная подгруппа																	
Ио	Ид	Ин	Ис	Ип	Им	Из		Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформированная	I	II	III	IV	V	Самооценка
-2	-4	-2	-6	4	-2	0	0	1	1	12	6	5	5	7	7	6	3
2	-2	2	-6	4	0	0	0	3	3	6	8	8	8	7	9	12	1
2	-2	2	-6	4	0	0	0	0	0	11	9	14	14	11	7	11	3
4	2	-2	-2	0	2	2	0	0	3	9	8	12	11	15	12	13	2
6	4	2	-2	2	0	0	0	8	0	12	0	13	3	6	9	11	4
10	0	4	-2	4	0	0	0	3	2	8	7	7	11	10	11	11	3
6	4	2	-2	2	0	0	0	5	0	12	3	12	11	15	12	13	2
8	3	2	-2	0	2	4	0	1	1	2	16	7	11	12	10	6	2
8	4	2	-2	0	2	4	0	2	0	9	8	5	9	10	10	9	2
10	6	4	-4	8	4	-2	0	3	2	11	4	6	8	3	8	8	1
10	0	4	-2	4	0	0	0	0	0	12	8	7	10	10	11	11	3
12	4	6	2	0	3	2	0	0	0	12	8	8	8	7	9	12	1
10	4	6	2	0	2	2	0	0	4	9	7	8	8	8	9	12	1
9	6	4	-4	8	4	-2	0	6	1	12	1	10	15	11	6	11	2
10	4	6	2	0	2	2	0	1	1	3	15	13	3	6	9	11	3
10	4	6	2	3	2	2	0	9	1	7	3	8	8	7	9	12	1
1	-4	-2	-6	4	-2	0	0	3	0	6	11	8	8	7	9	12	1
10	0	4	-2	4	0	0	0	0	0	9	11	5	9	10	10	9	2

Таблица 2. Результаты корреляционного анализа (по Спирмену)

Корреляции													
	ио	ид	ин	ис	ип	им	из	неопр	навяз	морат	сформ	один	
по Спирмену а	1,000												
	,790**	1,000											
	,745**	,443**	1,000										
	,829**	,680**	,608**	1,000									
	,222	,029	,172	-,183	1,000								
	,494**	,696**	,320*	,387**	-,234	1,000							
	,451**	,324*	,225	,526**	-,210	,364**	1,000						
	-,078	,022	-,007	-,157	,225	-,154	-,134	1,000					
	,115	,099	,023	,187	-,048	,212	,054	-,332*	1,000				
	-,067	,066	-,045	-,160	,030	,051	-,226	-,010	-,213	1,000			
	,019	-,080	-,067	,120	-,198	,004	,169	-,651**	,086	-,617**	1,000		
один	,234	,303*	,115	,275*	,053	,033	,035	,271	-,076	,118	-,294*	1,000	
два	-,026	,164	-,214	-,055	-,068	,076	-,158	-,303*	,152	,150	,103	-,139	
три	,076	,304*	-,164	,084	-,257	,128	-,051	-,304*	,015	,142	,188	-,070	
четыре	,282*	,184	,060	,245	-,142	,123	,478**	-,125	-,122	-,076	,178	,062	
пять	-,027	-,051	,017	,004	-,056	-,003	,046	,177	-,051	,217	-,279*	,484**	
самооц	,172	,153	,113	,087	,184	-,107	-,068	,320*	-,226	,223	-,378**	,531**	
** . Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя). * Корреляция значима на уровне 0.05 (2-сторонняя). □													

Таблица 3. Показатели нормальности распределения по Колмогорову-Смирнову

Одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова																	
	ио	ид	ин	ис	ип	им	из	неопр	навяз	морат	сформ	один	два	три	четыре	пять	самоец
N	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52
	Среднее	9,5577	3,1346	2,8462	-5,192	2,8654	,9423	1,2885	2,5962	1,2308	8,7115	7,4615	9,2885	9,2308	9,7115	8,8846	10,0962
	Стд.	7,91478	3,52598	3,07670	3,71267	2,51294	1,52641	1,71883	3,00496	1,09572	2,67403	3,67536	3,13948	3,39328	3,20745	1,62883	2,25144
	параметр отклонения $\mu, \sigma$																
Разности	Модуль	,189	,270	,180	,232	,181	,237	,273	,197	,218	,141	,116	,217	,185	,186	,201	,291
	Положительные	,189	,084	,135	,232	,181	,186	,273	,197	,218	,114	,058	,217	,101	,186	,164	,139
	Отрицательные	-115	-270	-180	-136	-155	-237	-169	-194	-131	-141	-116	-172	-185	-104	-201	-291
Статистика Z	1,365	1,947	1,299	1,672	1,302	1,706	1,970	1,417	1,572	1,014	,836	1,564	1,336	1,339	1,452	2,095	1,210
Асимпт. зн.	,048	,001	,069	,007	,067	,006	,001	,036	,014	,255	,487	,015	,056	,055	,030	,000	,107

а. Сравнение с нормальным распределением. б. Оценивается по данным. □

а. Сравнение с нормальным распределением. б. Оценивается по данным. □

Таблица 4. Результаты описательной статистики экспериментальной группы до проведения Программы

Статистика																	
	Ию	Ид	Ин	Ис	Ип	Им	Из	Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформированная	один	два	три	четыре	пять	Самооценка
N	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
	Допустимо																
	Пропущенные	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Среднее значение	8,8889	1,7778	1,6667	-2,5556	2,3333	,5556	,7778	2,6111	1,2222	9,0556	7,1111	8,2778	10,0556	9,8333	7,8889	9,5000	2,0000
Медиана	10,0000	4,0000	2,0000	-2,0000	2,0000	0,0000	0,0000	2,0000	1,0000	9,0000	7,0000	8,0000	9,5000	9,5000	8,0000	11,0000	2,0000
Мода	10,00	4,00	2,00	-2,00	,00 <sup>a</sup>	0,00	0,00	0,00	1,00	9,00 <sup>a</sup>	4,00 <sup>a</sup>	8,00	8,00 <sup>a</sup>	7,00	7,00 <sup>a</sup>	11,00	2,00
Стандартная	1,56765	3,28196	2,67889	2,35702	2,19625	1,65288	1,55509	2,61531	,94281	2,36325	3,49603	2,49247	3,29835	2,83362	1,32349	2,45549	,68599
Дисперсия	2,458	10,771	7,176	5,556	4,824	2,732	2,418	6,840	,889	5,585	12,222	6,212	10,879	8,029	1,752	6,029	,471
Асимметрия	-1,031	-,879	-,156	,124	,833	,110	,838	,680	,452	-,104	-,021	,285	-,232	,487	,056	-,603	0,000
Стандартная Ошибка	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536
Эксцесс	-,445	-,647	-,849	,271	,910	-,293	,517	-,120	-,389	-,124	-,016	-,389	-,031	-,589	-,190	-,440	-,584
Стандартная ошибка	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038
Минимум	6,00	4,00	-2,00	-6,00	0,00	-2,00	-2,00	0,00	0,00	5,00	1,00	4,00	3,00	6,00	6,00	6,00	1,00
Максимум	10,00	6,00	6,00	2,00	8,00	4,00	4,00	7,00	3,00	12,00	13,00	13,00	15,00	16,00	10,00	12,00	3,00
Сумма	160,00	32,00	30,00	-46,00	42,00	10,00	14,00	47,00	22,00	163,00	128,00	149,00	181,00	177,00	142,00	171,00	36,00
Существует несколько модальных значений. Показано наименьшее значение																	

а. Существует несколько модальных значений. Показано наименьшее значение

Таблица 5. Результаты описательной статистики контрольной группы до проведения Программы

Статистика																	
	Ию	Ид	Ин	Ис	Ип	Им	Из	Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформированная	один	два	три	четыре	пять	Самое
N	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
	Допустимо																
Пропущенные	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Среднее значение	17,6111	1,8889	2,7778	-2,2222	2,6667	1,0000	,7778	2,6111	1,0556	9,0000	7,2778	8,6667	8,8333	8,9444	9,2778	10,5556	2,0000
Медиана	16,0000	4,0000	3,0000	-2,0000	3,0000	1,0000	0,0000	1,5000	1,0000	9,0000	8,0000	8,0000	8,5000	8,5000	9,0000	11,0000	2,0000
Мода	16,00	4,00	2,00	-2,00	,00 <sup>а</sup>	,00 <sup>а</sup>	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	8,00	8,00	7,00	9,00	11,00	1,00 <sup>а</sup>
Стандартная	5,14655	3,25195	2,66912	2,81917	2,65684	1,71499	1,69967	3,12747	1,25895	3,08697	4,22605	2,95057	3,14830	3,17105	1,63799	2,12055	,84017
Дисперсия	26,487	10,575	7,124	7,948	7,059	2,941	2,889	9,781	1,585	9,529	17,859	8,706	9,912	10,056	2,683	4,497	,706
Асимметрия	-,109	-,639	-,651	,219	,659	0,000	,390	1,471	1,078	-,756	,119	,538	-,107	,393	-,141	-,169	0,000
Стандартная Ошибка	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536	,536
Экссесс	-1,384	-,891	-,296	-,818	-,257	-,337	-,106	1,872	,234	-,517	-,171	-,979	,452	-,046	-,117	,571	-1,594
Стандартная ошибка	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038	1,038
Минимум	10,00	-4,00	-2,00	-6,00	0,00	-2,00	-2,00	0,00	0,00	3,00	0,00	5,00	3,00	3,00	6,00	6,00	1,00
Максимум	24,00	6,00	6,00	2,00	8,00	4,00	4,00	11,00	4,00	12,00	15,00	14,00	15,00	15,00	12,00	13,00	3,00
Сумма	317,00	34,00	50,00	-40,00	48,00	18,00	14,00	47,00	19,00	162,00	131,00	156,00	159,00	161,00	167,00	190,00	36,00
а. Существует несколько модальных значений. Показано наименьшее значение																	



## ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Таблица 6. Результаты сравнительного анализа по Т-критерию Уилкоксона в экспериментальной подгруппе до проведения Программы и после

Ряды					Ряды					
		N	ий ранг	Сумма рангов			N	ий ранг	Сумма рангов	
И о И - о	Отрицательные ранги	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00	М о р а т - т	М о р а т	Отрицательные ранги	0 <sup>ab</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	18 <sup>b</sup>	9,50	171,00			Положительные ранги	0 <sup>ac</sup>	0,00	0,00
	Совпадающие наблюдения	0 <sup>c</sup>					Совпадающие наблюдения	18 <sup>ad</sup>		
Ид - Ид	Отрицательные ранги	0 <sup>d</sup>	0,00	0,00	С ф м о р - р м	С ф м о р - р м	Отрицательные ранги	0 <sup>ae</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	4 <sup>e</sup>	2,50	10,00			Положительные ранги	18 <sup>af</sup>	9,50	171,00
	наблюдения	14 <sup>f</sup>					наблюдения	0 <sup>ag</sup>		
Ин - Ин	Отрицательные ранги	0 <sup>g</sup>	0,00	0,00	о д н и - и н	о д н и - и н	Отрицательные ранги	0 <sup>ah</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	5 <sup>h</sup>	3,00	15,00			Положительные ранги	0 <sup>ai</sup>	0,00	0,00
	наблюдения	13 <sup>i</sup>					наблюдения	18 <sup>aj</sup>		
Ис- Ис	Отрицательные ранги	0 <sup>j</sup>	0,00	0,00	д в д а в - а	д в д а в - а	Отрицательные ранги	0 <sup>ak</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	0 <sup>k</sup>	0,00	0,00			Положительные ранги	0 <sup>al</sup>	0,00	0,00
	Совпадающие наблюдения	18 <sup>l</sup>					Совпадающие наблюдения	18 <sup>am</sup>		
Ипп - Ип	Отрицательные ранги	0 <sup>m</sup>	0,00	0,00	т р р и и	т р р и и	Отрицательные ранги	0 <sup>an</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	0 <sup>n</sup>	0,00	0,00			Положительные ранги	0 <sup>ao</sup>	0,00	0,00
	Совпадающие наблюдения	18 <sup>o</sup>					Совпадающие наблюдения	18 <sup>ap</sup>		
Имм - Им	Отрицательные ранги	0 <sup>p</sup>	0,00	0,00	ч е е т т ы - ы е	ч е е т т ы - ы е	Отрицательные ранги	0 <sup>aq</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	0 <sup>q</sup>	0,00	0,00			Положительные ранги	14 <sup>ar</sup>	7,50	105,00
	Совпадающие наблюдения	18 <sup>r</sup>					Совпадающие наблюдения	4 <sup>as</sup>		
И з И з	Всего	18			п я ь т - т ь	п я ь т - т ь	Отрицательные ранги	0 <sup>at</sup>	0,00	0,00
	Отрицательные ранги	0 <sup>s</sup>	0,00	0,00			Положительные ранги	0 <sup>au</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	0 <sup>t</sup>	0,00	0,00			наблюдения	18 <sup>av</sup>		
Н е о п п р - р	Отрицательные ранги	0 <sup>v</sup>	0,00	0,00	с а ц м м о о - о ц	с а ц м м о о - о ц	Отрицательные ранги	0 <sup>aw</sup>	0,00	0,00
	Положительные ранги	0 <sup>w</sup>	0,00	0,00			Положительные ранги	0 <sup>ax</sup>	0,00	0,00
	Совпадающие наблюдения	18 <sup>x</sup>					наблюдения	18 <sup>ay</sup>		
Н а а в в я я з - з	Отрицательные ранги	0 <sup>y</sup>	0,00	0,00						
	Положительные ранги	0 <sup>z</sup>	0,00	0,00						
	Совпадающие наблюдения	18 <sup>aa</sup>								

Таблица 7. Результаты сравнительного анализа по Т-критерию Уилкоксона в экспериментальной подгруппе до проведения Программы и после

Статистические критерии <sup>а</sup>																	
	Иоо - Ио	Идд - Ид	Инн - Ин	исс - Ис	Ипп - Ип	Имм - Им	Изз - Из	Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформованная	один - один	дваа - два	трии - три	четырее - четыре	пять - пять	самооц - Самооценка а
Z	-3,732 <sup>b</sup>	-1,890 <sup>b</sup>	-2,236 <sup>b</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	-3,778 <sup>b</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	-3,354 <sup>b</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,000	,059	,025	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	,000	1,000	1,000	1,000	,001	1,000	1,000
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона																	
b. На основе отрицательных рангов.																	
с. Сумма отрицательных рангов равна сумме положительных рангов.																	

## ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Таблица 8. Результаты сравнительного анализа по Т-критерию Уилкоксона в экспериментальной и контрольной группе после проведения Программы

Ряды					Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов			N	Средний ранг	Сумма рангов
Ио - Ио	Отрицательные ранги	18 <sup>a</sup>	9,50	171,00	Морат - Морат	Отрицательные ранги	5 <sup>ab</sup>	10,90	54,50
	Положительные ранги	0 <sup>b</sup>	0,00	0,00		Положительные ранги	10 <sup>ac</sup>	6,55	65,50
	Совпадающие наблюдения	0 <sup>c</sup>				Совпадающие наблюдения	3 <sup>ad</sup>		
Ид - Ид	Отрицательные ранги	9 <sup>d</sup>	7,61	68,50	Сформ - Сформ	Отрицательные ранги	14 <sup>ae</sup>	9,11	127,50
	Положительные ранги	4 <sup>e</sup>	5,63	22,50		Положительные ранги	3 <sup>af</sup>	8,50	25,50
	Совпадающие	5 <sup>f</sup>				Совпадающие	1 <sup>ag</sup>		
Ин - Ин	Отрицательные ранги	4 <sup>g</sup>	8,13	32,50	один - один	Отрицательные ранги	7 <sup>ah</sup>	9,86	69,00
	Положительные ранги	9 <sup>h</sup>	6,50	58,50		Положительные ранги	10 <sup>ai</sup>	8,40	84,00
	Совпадающие наблюдения	5 <sup>i</sup>				Совпадающие наблюдения	1 <sup>aj</sup>		
Ис - Ис	Отрицательные ранги	3 <sup>j</sup>	4,83	14,50	два - два	Отрицательные ранги	13 <sup>ak</sup>	8,62	112,00
	Положительные ранги	5 <sup>k</sup>	4,30	21,50		Положительные ранги	5 <sup>al</sup>	11,80	59,00
	Совпадающие наблюдения	10 <sup>l</sup>				Совпадающие наблюдения	0 <sup>am</sup>		
Ип - Ип	Отрицательные ранги	7 <sup>m</sup>	5,57	39,00	три - три	Отрицательные ранги	11 <sup>an</sup>	9,59	105,50
	Положительные ранги	6 <sup>n</sup>	8,67	52,00		Положительные ранги	7 <sup>ao</sup>	9,36	65,50
	Совпадающие	5 <sup>o</sup>				Совпадающие	0 <sup>ap</sup>		
Им - Им	Отрицательные ранги	5 <sup>p</sup>	8,60	43,00	четыре - четыре	Отрицательные ранги	6 <sup>aq</sup>	10,17	61,00
	Положительные ранги	10 <sup>q</sup>	7,70	77,00		Положительные ранги	8 <sup>ar</sup>	5,50	44,00
	Совпадающие наблюдения	3 <sup>r</sup>				Совпадающие наблюдения	4 <sup>as</sup>		
Изз - Из	Отрицательные ранги	5 <sup>s</sup>	7,80	39,00	пять - пять	Отрицательные ранги	7 <sup>at</sup>	7,07	49,50
	Положительные ранги	7 <sup>t</sup>	5,57	39,00		Положительные ранги	10 <sup>au</sup>	10,35	103,50
	Совпадающие наблюдения	6 <sup>u</sup>				Совпадающие наблюдения	1 <sup>av</sup>		
Неопр - Неопр	Отрицательные ранги	8 <sup>v</sup>	8,00	64,00	Самооц - Самооц	Отрицательные ранги	7 <sup>aw</sup>	6,36	44,50
	Положительные ранги	7 <sup>w</sup>	8,00	56,00		Положительные ранги	6 <sup>ax</sup>	7,75	46,50
	Совпадающие наблюдения	3 <sup>x</sup>				Совпадающие наблюдения	5 <sup>ay</sup>		
Навяз- Навяз	Отрицательные ранги	6 <sup>y</sup>	6,50	39,00					
	Положительные ранги	5 <sup>z</sup>	5,40	27,00					
	Совпадающие наблюдения	7 <sup>aa</sup>							

Таблица 9. Результаты сравнительного анализа по Т-критерию Уилкоксона в экспериментальной и контрольной группе после проведения Программы

Статистические критерии <sup>a</sup>																	
	Ио - Ио	Ид - Ид	Ин - Ин	Ис - Ис	Ип - Ип	Им - Им	Из - Из	Неопр - Неопр	Навяз - Навяз	Морат - Морат	Сформир ованная - Сформир ованная	один - один	два - два	три - три	четыре - четыре	пять - пять	Самооц - Самооц
Z	-3,736 <sup>b</sup>	-1,623 <sup>b</sup>	-,936 <sup>c</sup>	-,503 <sup>c</sup>	-,460 <sup>c</sup>	-1,045 <sup>c</sup>	,000 <sup>d</sup>	-,228 <sup>b</sup>	-,542 <sup>b</sup>	-,315 <sup>c</sup>	-2,423 <sup>b</sup>	-,357 <sup>c</sup>	-1,160 <sup>b</sup>	-,874 <sup>b</sup>	-,546 <sup>b</sup>	-1,295 <sup>c</sup>	-,074 <sup>c</sup>
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,000	,105	,349	,615	,645	,296	1,000	,820	,588	,753	,015	,721	,246	,382	,585	,195	,941
a. Критерий знаковых рангов Вилкоксона																	
b. На основе положительных рангов.																	
c. На основе отрицательных рангов.																	
d. Сумма отрицательных рангов равна сумме положительных рангов.																	

### **ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ НА ОСНОВЕ АКМЕОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА**

#### **Пояснительная записка**

#### ***Актуальность Программы***

Стандарт общего среднего образования ориентирован на формирование личностных характеристик будущего выпускника и обозначен как «портрет выпускника школы». В федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» подчеркнуто, что одним из важнейших показателей эффективности модернизации российского образования является успешность профессиональной ориентации. Предыдущий закон, принятый в 1992 году, определял профессиональную ориентацию исключительно в контексте дополнительного образования. Современный же закон «Об образовании в Российской Федерации» говорит о том, что профессиональная ориентация «детей и молодёжи обеспечивается профессионально ориентированным содержанием среднего общего образования (ст. 66, ч. 3), дополнительным образованием (ст. 75, ч. 1) и психолого–педагогической, медицинской и социальной помощью обучающимся (ст. 42, ч. 2)» [27].

Понимание психологических закономерностей и особенностей старшего школьного возраста, позволяет говорить о том, что данный возраст является наиболее сензитивным периодом для профессионального самоопределения личности.

Категория «профессионализма» и «самоопределения» является ведущей для акмеологического подхода [31]. Таким образом, необходимость реализовывать программы профориентационной направленности с применением принципов, приемов и методов акмеологического подхода является актуальной. Данный подход применительно к помощи в профессиональном самоопределении позволит наиболее эффективно реализовать работу, направленную на формирование профессионального становления личности в соответствии с определенными государственной политикой целевыми ориентирами в сфере образования, а также с потребностями и психологическими особенностями старшеклассников.

#### ***Проблема***

Несмотря на интерес исследователей к теме психолого-акмеологического подхода к профессиональному самоопределению, данная тема вызывает ряд противоречий:

– между потребностью молодого человека в адекватно сформированном профессиональном самоопределении и отсутствием возможности надежного учета

показателей результативности данного процесса с точки зрения акмеологического подхода.

– между потребностью усовершенствования процесса сопровождения профессионального самоопределения старших школьников и отсутствием технологий усовершенствования данного процесса.

– между определенными государственной политикой целевыми ориентирами в сфере образования, направленными на формирование личности выпускника и отсутствием научных, методических разработок на тему профессионального самоопределения старшеклассников в рамках акмеологического подхода.

В этом свете интересной представляется проблема изучения специфики акмеологического подхода к профессиональному самоопределению старшеклассников.

### ***Цель***

Обеспечение психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников на основе акмеологических детерминант (саморазвитие старшеклассника; самореализация внутреннего потенциала, направленная на созидательную деятельность; целеполагание; объективные и субъективные факторы, способствующие профессиональному самоопределению; самообразование, самоконтроль, самосовершенствование, самокоррекция деятельности с учетом внешних обстоятельств и внутриличностных особенностей).

### ***Задачи:***

1. Актуализация у старшеклассников необходимости профессионального самоопределения.
2. Повышение уровня психологической компетентности старшеклассников в вопросах, связанных с профессиональным самоопределением.
3. Формирование адекватной самооценки, основанной на понимании собственных индивидуально-психологических особенностей.
4. Развитие способности к саморефлексии.
5. Повышение уровня сформированности субъективной ответственности.
6. Развитие навыков целеполагания, планирования и поэтапного достижения целей.
7. Формирование положительной нравственной позиции в отношении профессионального труда.
8. Понимание содержания различных форм и видов профессиональной деятельности.

### ***Объект психолого-педагогического сопровождения:***

- старшеклассники в период профессионального самоопределения.

***Предмет психолого-педагогического сопровождения:***

– психолого-акмеологические формы и методы работы, направленные на формирование профессионального становления старшеклассника.

***Субъекты психолого-педагогического сопровождения*** – педагог-психолог, старшеклассники.

***Сроки реализации:***

Программа рассчитана на 1 учебный год – 9 календарных месяцев (аудиторные занятия – 1 академический час 1 раз в 2 недели; внеаудиторная деятельность/домашние задания пропорционально количеству аудиторных занятий). Программа состоит из 36 занятий: 18 занятий аудиторных и 18 внеаудиторных.

***Теоретико-методологическая основа:***

– основные положения подходов к психологическому анализу формирования профессиональной деятельности: системный (Б.Ф. Ломов, В.Д. Шадриков), субъектный (К.А. Абульханова, А.В. Брушлинский, А.С. Огнев, С.Л. Рубинштейн), мотивационно-операциональный (В.Г. Асеев, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Н. Леонтьев), профессиографический (Е.А. Климов, Г.С. Никифоров).

Основные принципы, которые использует акмеология:

– принципы системности, активности, развития, детерминизма, единства сознания и деятельности;

– специальные и конкретные методологические принципы акмеологии: субъекта деятельности (А.А. Деркач, Е.А. Климов, И.В. Кузьмина, А.Х. Маркова); потенциального и актуального (С.Л. Рубинштейн).

***Принципы профориентационной работы:***

- Принцип детерминизма
- Принцип сознательности в выборе профессии (соответствие выбираемой профессии индивидуальным особенностям личности).
- Принцип потенциального и актуального.
- Принцип личной активности старшеклассника в выборе профессии.
- Принцип развития личности старшеклассника в процессе профессионального самоопределения.
- Принцип системности.
- Принципы гуманизма.

***Этапы реализации Программы:***

***1- ый этап - адаптационно-стимулирующий.***

На данном этапе проводится первичная диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики. Подбираются соответствующие индивидуальным особенностям участников группы методы и формы работы в рамках

акмеологического подхода. Реализуются мероприятия, направленные на сплочение группы. В процессе адаптации к условиям и формам работы реализуется мотивационно-стимулирующая составляющая.

### ***2 - ой этап - содержательно-процессуальный.***

Непосредственно реализация программы по профессиональному самоопределению старшеклассников.

### ***3 - ий этап - оценочно-рефлексивный.***

На данном этапе проводится итоговая диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики, после чего реализуется обратная связь участников с педагогом-психологом. Основной целью данного этапа является качественный самоанализ изменений структуры профессионального самоопределения старшеклассниками с последующим самонализом.

#### ***Требования к условиям реализации Программы:***

Материально-техническое оснащение Программы:

- Помещение, соответствующее основным требованиям, предъявляемым к помещениям в образовательной организации (освещение, мебель, площадь и прочее).
- Необходимая оргтехника (проектор, школьная доска или планшет, принтер, компьютер, возможность выхода в интернет, колонки и прочее).
- Методическая и иная литература.
- Оборудование для каждого отдельного занятия.

***Формы работы:*** групповая, индивидуальная, аудиторные и внеаудиторные занятия.

#### ***Методы и техники:***

##### **Информационно-справочные, просветительские методы:**

- 1) Профессиограмма. Ознакомление с профессиограммой помогает старшекласснику выяснить степень соответствия своих психологических, внутренних качеств требованиям выбранной профессии, что будет способствовать его более успешному определению в ней.
- 2) Тематическая литература, в том числе биографии известных людей.
- 3) Ресурсы сети Интернет и СМИ (при условии их достоверности).
- 3) Профессиональная реклама и агитация.
- 4) Экскурсии для старшеклассников на предприятия, встречи и подиумные дискуссии с представителями разных профессий.

##### **Методы профессиональной психодиагностики:**

- 2) Тесты-опросники, диагностирующие черты личности и ее направленность: интересы, установки, отношения, ценностные ориентации.



3) Методики субъективного шкалирования и самооценки, предусматривающие оценку каких-либо объектов внешнего мира, людей, событий своей жизни либо себя самого.

4) Интерактивные методики. В эту группу входят психологическая беседа (интервью), являющаяся методом прямого взаимодействия и поэтому сочетающая сбор информации с психолого-педагогическим взаимодействием.

5) Проективные методики, построенные главным образом на интерпретации ответов клиента на внешне нейтральные вопросы, его реакций на ситуации, допускающие множественность возможных суждений при восприятии.

#### **Практические методы и техники:**

1) Целеполагание. Техника, позволяющая сформировать навыки постановки актуальной цели или комплекса целей, соответствующих назначению, стратегическим инструкциям (стратегическое целеполагание) и характеру задач, которые нужно разрешить.

2) Управление временем. Техники, позволяющие сформировать некоторые навыки, направленные на работу с трудными и неприятными задачами, при большом их объеме; освоить методы развития чувства времени и прочее

3) Планирование. Методы и техники, направленные на развитие навыков планирования рабочего процесса, долгосрочных планов, расстановки приоритетов.

4) Развитие навыков самоанализа – это анализ собственных переживаний, суждений, поступков и потребностей. Изучение человеком самого себя, своего внутреннего мира и глубин своей психики, как бы «взгляд изнутри».

5) Ролевая игра. Сопровождаемое ведущим, основанное на рамочном сюжете, специально организованное, обусловленное занятие, предполагающее некоторое погружение участников в роль, заранее сформированную ведущим.

#### **Структура занятия:**

<b>Этапы</b>	<b>Функции</b>
Мотивационной	Сонастройка участников группы. Мотивация на совместную деятельность
Основной	Совокупность упражнений
Заключительный	Позволяет проанализировать и оценить действия, проводимые в ходе основного этапа
Рефлексия	Эмоциональная (что понравилось, запомнилось, что нет) Смысловая (важность, актуальность полученных знаний)

### **Ожидаемый результат:**

Старшеклассники:

- освоили и применяют на практике основные или наиболее актуальные для них приемы и методы целеполагания, планирования, управления временем;
- у участников возросла психологическая компетентность в вопросах личностного и профессионального самоопределения;
- у участников появилась стратегия профессионального становления, основанная на понимании и осознании своих личностных особенностей и потребностей применительно к выбору дальнейшего профессионального пути.

### **Сроки и этапы реализации Программы**

№ п/п	Виды деятельности	Сроки реализации	Ответственный
<b>1- ый этап - адаптационно-стимулирующий.</b>			
На данном этапе проводится первичная диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики. Подбираются соответствующие индивидуальным особенностям участников группы методы и формы работы в рамках акмеологического подхода. Реализуются мероприятия, направленные на сплочение группы. В процессе адаптации к условиям и формам работы реализуется мотивационно-стимулирующая составляющая.			
1.	1. «Определение статуса профессиональной идентичности». 2. Методика «Большая пятерка личностных качеств» 3. Методика УСК (уровень субъективного контроля) - Е.Ф. Бажин. 4. Методика «Самооценка личности старшеклассника» О. Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. 5. ДДО Климов	Сентябрь	Педагог-психолог
2.	Консультирование старшеклассников по результатам диагностики. Мотивационная составляющая	Сентябрь	Педагог-психолог
<b>2 - ой этап - содержательно-процессуальный.</b>			
Непосредственно реализация программы по профессиональному самоопределению старшеклассников.			
2.	Применение методов и форм работы по сопровождению профессионального самоопределения старшеклассников	Октябрь - апрель	Педагог – психолог; Старшеклассники
<b>3 - ий этап - оценочно-рефлексивный.</b>			
На данном этапе проводится итоговая диагностика. Участники в индивидуальном порядке знакомятся с результатами диагностики, после чего реализуется обратная связь участников с педагогом-психологом. Основной целью данного этапа является качественный самоанализ изменений структуры профессионального самоопределения старшеклассниками с последующим самонализом.			
1.	Итоговая диагностика	<b>май</b>	Педагог-психолог
2.	Сравнительный анализ эффективности программы		Педагог-психолог

3.	Обратная связь от участников относительно сформированности навыков, произошедших изменений		Педагог-психолог; Старшеклассники
----	--	--	--------------------------------------

Программа рассчитана на 1 учебный год – 9 календарных месяцев (аудиторные занятия – 1 академический час 2 раза в месяц; внеаудиторная деятельность/домашние задания пропорционально количеству аудиторных занятий). Программа состоит из 36 занятий: 18 занятий аудиторных и 18 внеаудиторных.

### **ЗАНЯТИЕ 1.**

**Цель:** актуализация имеющихся знаний, представлений о тех или иных профессиях, специальностях (с учетом индивидуальных особенностей личности).

#### **Задачи:**

1. Активизация знаний учащихся о многообразии профессий.
2. Повышение уровня мотивации старшеклассников к осознанному, выбору профессии на основе понимания своих возможностей, интересов и склонностей.
3. Оказание психолого–педагогического сопровождения старшеклассникам (вопрос-ответ).

**Время проведения:** 45 минут.

**Оборудование:** проектор, презентация (слайды по содержанию занятия), два листа А4 с таблицей классификаций по Климову и списком для задания 2, два листа А4 с таблицей для задания 3

#### **Ход занятия:**

#### Мотивационный блок

**Слайд 1** (Содержание слайда: «У меня растут года, будет и 17! Где работать мне тогда, чем заниматься?»)

Такими строками начинается стихотворение В.Маяковского «Кем быть?». Оно было написано поэтом почти сто лет назад (в далёком 1928 году). Каждый молодой человек, на пороге выпуска из школы делает в своей жизни самый важный выбор – выбор профессии. Как вы считаете, актуально ли это сейчас, для вас лично?

Профессиональная деятельность занимает примерно треть жизни каждого человека. Это немало. Особенно если учесть, что ещё одну треть жизни мы проводим во сне. Заниматься столько времени любимым делом – счастье, которое вполне достижимо, нужно только правильно выбрать профессию.

Как вы считаете, что нужно учитывать, что нужно знать при выборе своей будущей профессии? (свои возможности, состояние здоровья, свои профессиональные интересы и склонности, требования к профессии и ситуацию на рынке труда).

Чтобы вы имели представление о своих индивидуальных возможностях и руководствовались ими сегодня мы проведем деловую игру «Лабиринт выбора».

**Слайд 2** (Содержание слайда: «Все двери открываются перед человеком, который знает, куда идет»).

Как вы понимаете это выражение?

#### Основной блок

Начнём с разминки. Игра «Цепочка»

**Слайд 4:** (содержание слайда: «Игра «Цепочка»)

Группа делится на 2 подгруппы.

#### **Задание 1**

«Реклама профессии» водитель, журналист (профессии можно выбирать произвольно).

Во все времена реклама была сильнейшим двигателем. Я Вам предлагаю сделать рекламу профессии. (работа в группе 5-7 минут) Защита (до 2 х минут)

**Слайд 5:** (содержание слайда: «водитель, журналист»)

Молодцы, вы замечательно справились с этим заданием, сделать такую интересную рекламу могут люди, которым известны особенности данных профессии, специфика.

**Слайд 6:** (содержание слайда: «Классификация профессий по Е.А. Климову»).

Во многих странах пытались и пытаются создать классификацию профессий.

В нашей стране принято пользоваться классификацией профессора, Евгения Александровича Климова. Он поделил все профессии на 5 основных типов:

**Слайд 7:** (Содержание слайда: «Человек-человек. Учитель, врач, журналист, продавец»).

Предметом труда в этой профессии является другой человек, а характерной чертой деятельности – воздействие на других людей. К такому типу профессий относятся учитель, врач, журналист, продавец.

**Слайд 8:** (Содержание слайда: «Человек–техника. Летчики, водители, матросы, токари, слесари»).

Второй тип: человек–техника. Это могут быть летчики, водители, матросы, токари, слесари и др. профессии, использующие технические устройства.

**Слайд 9:** (Содержание слайда: «Человек–знаковая. Бухгалтеры, ученые, люди, работающие в лабораториях, научных центрах»).

Третий тип: человек – знаковая система. Специалисты такого типа используют в своем труде различные знаки: устная и письменная речь, цифры, химические и физические символы, ноты, схемы, карты, графики, рисунки, дорожные знаки и т.п. Это бухгалтеры, ученые, люди, работающие в лабораториях, научных центрах.

**Слайд 10:** (Содержание слайда: «Человек – художественный образ. Музыканты, актеры, дизайнеры и др.»)

Четвертый тип: человек – художественный образ. Людей этого типа отличает наличие живого образного мышления, художественная фантазия, талант. Это музыканты, актеры, дизайнеры и др.

**Слайд 11:** (Содержание слайда: «Человек-природа. ветеринар, агроном, гидролог, овцевод»).

Пятый тип: человек-природа. Люди этих профессий имеют дело с неживой и живой природой (ветеринар, агроном, гидролог, овцевод, механизатор, тракторист). Для них характерен общий предмет труда – животные и растения, почва и воздушная среда.

### **Задание 2.**

Распределить профессии по типам, объяснить свой выбор.

**Слайд 12:** (Содержание слайда: «Незаполненная таблица с группами профессий»).

**Распределите профессии по типам, заполнив таблицу.**

**Группа 1:** Водитель, биолог, оператор ПК, бухгалтер, дизайнер, социальный работник, журналист, эколог, токарь, физик, учитель, вокалист, слесарь, зоотехник, строитель, кассир, врач, декоратор, судья, верстальщик, геолог, столяр, егерь, воспитатель, визажист.

Человек - Человек	Человек - Техника	Человек - Природа	Человек - Знаковая система	Человек - Художественн ый образ

**Слайд 13:** (Содержание слайда: «Заполненная таблица». Проверим.).

**Слайд 14:** (Содержание слайда: «профессия, специальность, должность»).

Профессия – это род трудовой деятельности, занятий, требующих определенной подготовки и являющихся источником существования. Специальность – это вид занятия в

рамках одной профессии. Должность – это служебная обязанность, это круг действий, возложенных на определённого человека и обязательных для исполнения

### **Задание 3**

**Слайд 15:** (Содержание слайда: не заполненная таблица, приведенная ниже).

Распределить профессии, должности, специальности в таблице.

- Главный бухгалтер, кассир, бухгалтер;
- Старший инженер; инженер, инженер-системотехник;
- Учитель, учитель начальных классов, завуч;
- Продавец, заведующий магазином, продавец продовольственных товаров;
- Лесник, главный лесничий, директор лесхоза.

Профессия	Должность	Специальность

**Слайд 15:** (Содержание слайда: заполненная таблица).

### **Задание 4.**

**Слайд 16:** (Содержание слайда: «Атлас новых профессий: артротерапевт, андеррайтер, байер, биоинженер, биоинформатик, верстальщик, гувернер, девелопер, дизайнер графики, коучер»).

Новые условия: экономические, социальные, культурные, технические, экологические накладывают отпечаток в том числе и на мир профессий. В связи с этим на рынке труда объективно возникают новые профессии, потребность в которых весьма велика. Посмотрим на слайд.

Сейчас вам предлагается соотнести профессии из представленного списка с их характеристиками. Попробуем?

Далее последовательно предъявляются слайды:

#### **Слайд 17:**

(Содержание слайда: «...специалист, помогающий средствами искусства (музыки, движения, живописи, рисования, лепки, театральной драматизации) разрешать психологические затруднения человека, обратившегося за помощью. Участвует в лечебно-реабилитационном процессе и психологическом консультировании).

**Слайд 18:** (Содержание слайда: «.....лицо, уполномоченное страховой компанией анализировать, принимать на страхование (перестрахование) и отклонять все виды рисков, а также классифицировать выбранные риски для получения по ним оптимальной страховой премии. Отвечает за формирование страхового (перестраховочного) портфеля. Должен обладать необходимыми знаниями и практикой для установления соответствующей степени риска/ставок премии и условий страхования).

**Слайд 19:** (Содержание слайда: «...специалист по закупкам в магазинах модной одежды и обуви. В его обязанности входит отбор и покупка свежих коллекций одежды или обуви во время презентаций на выставках и показах. В зависимости от профиля магазина, отбор происходит в рамках одной или нескольких торговых марок. Должен хорошо разбираться в тенденциях современной моды и предпочтениях покупателей на данной территории. От качества его работы зависит успех работы данного бутика»).

**Слайд 20:** (Содержание слайда: «...Объектом профессиональной деятельности являются биологические макромолекулы, клетки, вирусы, микроорганизмы, многоклеточные организмы. Специалисты исследуют живые организмы на молекулярном и клеточном уровнях, а также конструируют организмы с изменёнными свойствами для научных и медицинских целей. Работа специалиста основывается на современных достижениях биологии, теории систем, информатики, биохимии и биофизики»).

**Слайд 21:** (Содержание слайда: «...специалист данной области должен иметь разностороннее образование. Он должен хорошо знать биологию. Кроме того, он должен владеть многими методами математики: статистикой, теорией вероятностей, вычислительной математикой, теорией алгоритмов. Надо знать физику и химию - чтобы не делать глупостей. Необходимо знать английский язык - чтобы читать научную литературу»).

**Слайд 22:** (Содержание слайда: «...специалист, работающий в рекламных или издательских фирмах, занимается компьютерной версткой рекламных или издательских материалов; необходимы знания компьютерных графических программ, художественные способности....

**Слайд 23:** (Содержание слайда: «...обучает и воспитывает детей в семьях с высоким уровнем достатка, осуществляет начальную и общекультурную подготовку ребенка к обучению в образовательном учреждении, следит за соблюдением режима труда и отдыха, несет высокую ответственность за жизнь и здоровье ребенка, среди требований профессии - общая культура и эрудиция, знание педагогики, психологии, всех школьных предметов начальной школы и т.д.

**Слайд 24:** (Содержание слайда: «...это одна из специализаций профессионала по операциям с недвижимостью (риэлтора). Деятельность девелопера заключается в следующем: он заказывает проект, покупает или берет в аренду участок земли, "привязывает" проект к участку, согласовывает подведение всех коммуникаций, строит объект - например, большое офисное здание. Затем он может сдать в аренду или отдельные офисы, или здание целиком. А может продать принадлежащую ему недвижимость. Главное - окупить все затраты и получить прибыль.

**Слайд 25:** (Содержание слайда: «...работа тесно связана с "овеществлением" концепции создаваемого продукта или услуги. Доведение до потребителей сущности бренда, или создания одного из элементов бренда - фирменного стиля - возможно через образ, вид предоставляемой продукции или интерьер компании. Создает проект, форму, определяют текстуру и цветовую гамму. Далее, дистрибьюторы и продавцы особое внимание уделяют упаковке, а также сочетанию, формированию ассортимента и расстановке продаваемых вещей»)..

#### Заключительный блок

С вами было приятно работать. Вы показали все необходимые качества новых профессий: хороший вкус, творческую смелость, гибкость мышления, креативность, умение работать в команде. Я думаю, что кто-то из вас в будущем выберет одну из данных профессий.

#### Рефлексивный блок

Рефлексия: если наше занятие вы считаете полезным для себя, интересным и нужным, если сегодня вы узнали новую информацию, подошли на один шаг ближе к своему выбору – покажите большой палец вверх, если информация для вас ненужная, бесполезная и сегодня с урока ничего вы не взяли – палец вниз.

#### Домашнее задание

Составить атлас новых профессий. Атлас должен состоять из тех профессий, которые вам так или иначе интересны (не только те, которыми вы бы хотели заниматься, но и те, которые вам не знакомы, но привлекли ваше внимание). Также важно: на выполнение домашнего задания отводится 1 час, который вы можете использовать по-вашему усмотрению: на углубленное изучение 1 профессии, на вычленение нескольких

профессий с кратким описанием, на составление списка профессий в какой-то одной области.

Результаты выполненного вами ДЗ мы обсудим на следующей встрече.

## ЗАНЯТИЕ 2

**Цель:** актуализация потребности учета времени

**Задачи:**

1. Наглядная демонстрация причин нехватки времени, неумения им пользоваться.
2. разработка практических рекомендаций по планированию дня и учету времени.

**Время проведения:** 45 минут.

**Оборудование:** проектор, презентация (слайды по содержанию занятия), листы А4 с нарисованным кругом, поделенным на 8 секторов, фломастеры на каждого участника.

**Ход занятия:**

### Мотивационный этап

Приветствие. Обсуждение по итогам выполненного домашнего задания. Участники делятся своими находками, по ходу комментируют сколько времени и на что у них ушло.

Таким образом, мы видим, что каждый из вас выполнил работу по-своему. Один и тот же час был потрачен вами на разное: кто-то изучил большой объем информации и список профессий у него больше, кто-то изучил детально. Как вы думаете, от чего это зависит?

### Основной этап

**Слайд 1:** Содержание слайда:

«Время – это народное богатство, такое же, как недра, лес, озера. Им можно пользоваться разумно, и можно его губить. Так легко его проболтать, проспять, истратить на бесплодные ожидания, на погоню за модой, на выпивки, да мало ли. Рано или поздно в наших школах начнут учить детей «временипользованию». Автор убежден, что с детства надо воспитывать любовь к природе и любовь ко времени. И учить, как беречь время, как его находить, как его добывать. Самое же главное – научить отчитываться за время. Даниил Гранин, русский писатель и общественный деятель».

Сегодня предлагаю вам поговорить о такой науке, как тайм-менеджмент. Задам вам вопрос: «Как вы относитесь к краже ваших денег?» Полагаю, ничего хорошего вы в этом не видите. Но время – это еще большая ценность, чем деньги, нужно как можно быстрее это понять. Данная ценность невосполнима. Научившись беречь своё время, вы научитесь беречь и чужое. Да, нужно начинать с себя. Нужно воспитывать в себе это качество.

**Слайд 2:** Содержание слайда

«Причины нехватки времени

В данной главе необходимо перечислить все основные причины, по которым у вас не получается делать большее и найти для них решение

Сон 7 часов	Сборы в школу 1 час	Учёба 6-7 часов
----------------	------------------------	--------------------

На выполнение домашних заданий, на свои увлечения, общение с друзьями, все дела и обязанности вам остаётся 9 часов! Это, поистине, целое богатство, о котором мечтают многие взрослые, которые проводят значительное время на работе»

**Слайд 3:** Содержание слайда:

1. Я слишком долго делаю домашние задания.
2. Много времени отнимает интернет и телевизор.
3. Не планирую предварительно свой день. Отсюда перекладываю дела на потом, и нет четкой картины, чем нужно заниматься.
4. Легко отвлекаюсь от важных дел на посторонние.

5. Не довожу начатое дело до конца.

6. Делаю всё очень медленно и вообще долго раскачиваюсь в начале дня.

*«Андрей Белоусов, учащийся 9 «А» класса в 2009 году написал исследовательскую работу на тему: «Время старшеклассника. Как им управлять». В своей работе, проведя опрос, он выделил следующие причины нехватки времени у таких же, как он ребят. Результаты получились следующие (некоторые объединил, потому что были схожи)».*

Скажите, знакомы ли вам такие проблемы? Считаете ли вы это проблемой? А знаете ли вы, что применяя некоторые приемы, вы можете избежать пустой траты времени и значительно увеличить объем того времени, которое можно потратить на что-то более важное?

На сегодняшнем занятии мы рассмотрим некоторые из таких приемов.

Итак.

**Слайд 4:** Содержание слайда:

«Причина №1 слишком долго делаю домашнее задание. Как эффективно делать домашние задания?»

**Слайд 5:** Содержание слайда:

«ВАЖНО: Выполняйте домашнее задание с утра»

Выполняйте домашнее задание с утра. Для этого необходимо вставать на 2 часа раньше, ложиться спать, разумеется, тоже. У большинства производительность с утра ровно в 2 раза выше, чем вечером. Например, если вы выполняете уроки вечером в течение 4 часов, то утром эта же работа займет у вас всего 2 часа. Плюс вы значительно лучше будете усваивать информацию. Вы не только сократите время работы, но и качество занятий с утра будет выше. Кроме того, к первому уроку в школе ваш мозг в отличие от одноклассников, будет в полной боеготовности, он быстрее будет соображать, тогда как ваши одноклассники, как правило, еще весь первый урок зевают и не понимают, что к чему.

Сейчас достаточно сильно укоренилась тенденция проводить в социальных сетях почти всё своё свободное время, общаясь и просматривая картинки из известных пабликов. Однако утром вас практически никто не сможет отвлечь от работы, потому что попросту будет некому. Ваши одноклассники будут спать. А вечером в отличие от них, вы сможете заняться любимым делом. Как вы потратите выигранные два часа от выполнения уроков утром – решать вам.

**Слайд 6:** Содержание слайда:

«Причина №2 много времени отнимает интернет и телевизор»

*Социальные сети*

1. Дать возможность писать личные сообщения «ВКонтакте» только нескольким людям. Например, тем, кто находится далеко от меня.

2. Убрать из новостной ленты паблики, которые никак не развивают меня и не дают ничего полезного. Отфильтруйте всё ненужное.

3. Удалил аккаунты в Twitter, Instagram. Первое время на меня обижались и спрашивали – «Почему я не могу написать тебе "ВКонтакте"»? Со временем до большинства, наконец, дошло, что по очень важным делам мне можно позвонить.

*Телевизор*

Подумайте, что с вами случится, если не будете смотреть телевизор? Да, с вами НИЧЕГО не случится! 99,9% информации, которую вы получаете из газет, телевизора или интернета — не связаны с вами вообще никаким образом. Зачем бесполезно волноваться по поводу того, «куда катится мир»?

*Почта*

Подключить себе уведомления из «ВКонтакте» о новых личных сообщениях по почте. То есть вам будут приходить тексты сообщений прямо в ящик. Сразу понятно – есть смысл туда заходить и отвечать, или нет, требует что-то сообщение мгновенной реакции, или подождёт.



**Слайд 6:** Содержание слайда:

«Причина №3 я не планирую свой день»

Даже самый простой план, если он правильно составлен, даст вам намного больше свободы и значительно больше времени на те занятия, которые вам действительно нравятся и доставляют удовольствие.

Диана Дэ Лонзор

«Лёгкий способ перестать опаздывать»

Брайан Трейси, известный американский автор большого числа бестселлеров на тему саморазвития, мотивации, продаж, достаточно часто советует следующее: «Думайте на бумаге». «Письменно формулируя задачу, вы оттачиваете её и придаете ей материальную осязаемость; создаете то, что можно пощупать и увидеть. Пока цель не записана, она остается всего лишь пожеланием или фантазией. В ней нет никакой энергии. Незафиксированные цели ведут к путанице, неопределенности, неверному выбору направления и множеству ошибок». «Зафиксированная на бумаге цель и упорядоченный план действий сделают ваш труд намного продуктивнее. Ваши достижения будут выгодно отличаться от результатов тех, кто держит свои намерения в памяти».

Маленькими порциями

Не пытайтесь охватить большой фронт работ сразу. Чтоб работа шла, и у вас было желание к ней возвращаться, а не откладывать, необходимо разбить ее на большое количество маленьких пунктов. У вас не будет прежнего страха перед одной большой задачей, которой вы раньше боялись потому, что не знали, с какой стороны подступиться. Допустим, вам необходимо изучить творчество А.П. Чехова. Прочитать его ключевые произведения, которые присутствуют в школьном курсе литературы. Для начала мы найдем биографические сведения. Увидим, что в творчестве писателя исследователи выделяют 3 периода. Сразу разобьем нашу работу на подпункты.

<b>I. Первый, связанный с короткими юмористическими рассказами.</b> 1. Прочитать критику по рассказам. 2. Прочитать рассказ «Хамелеон». 3. Прочитать рассказ «Человек в футляре». 4. Прочитать рассказ «Смерть чиновника».	<b>II. Второй – большие по объёму рассказы и повести с «романным» началом.</b> 1. Обзорно изучить «Остров Сахалин	<b>III. Третий – драматургия.</b> 1. Прочитать «Вишневый сад». а. Прочитать первое действие. б. Прочитать второе действие. с. Прочитать третье действие. д. Прочитать четвертое действие. 2. Обзорно изучить пьесы «Чайка», «Три сестры»
--	--	--

Как мы видим, наша работа по изучению творчества уже стала более конкретной. Прочитав рассказы первого периода, мы обратимся к критике и изучим мнения исследователей. В чем, собственно, новизна, сила этих рассказов. Затем постепенно приступим к следующему этапу и, наконец, завершим работу.

НО! Составить список дел – это одно, а выполнить их – другое. Против каждого пункта ставьте сроки исполнения. Работа по изучению творчества Чехова может быть разбита по времени на неделю, может, и меньше. В любом случае, тут зависит от постановки ваших целей: насколько полно необходимо подойти к данному вопросу, чтобы нас в конечном итоге смог удовлетворить результат.

**ВАЖНО**

Задача тайм-менеджмента заключается не в том, чтобы максимально загрузить свой день делами, а в том, чтобы разгрузить его от ненужных. Более качественно выполнять самые важные из них и наиболее ответственные.

### ***Упражнение «Колесо жизни»***

На выданных листах изображен круг ваша задача: взять лист и фломастеры. Каждый из 8ми секторов вам необходимо подписать: здоровье; личная жизнь; семейные отношения; деньги; работа; духовный рост; саморазвитие; время для отдыха.

Каждый сектор необходимо оценить по 5-бальной системе, и закрасить любым цветом. Обратите внимание, что красный цвет символизирует самые животрепещущие сферы жизни, а зеленый цвет или синий — самые неинтересные сферы жизни. Закончив упражнение, посмотрите на результат и вы увидите сферы жизни, которые требуют большего внимания.

Такое упражнение рекомендуют делать раз в полгода, чтобы наблюдать прогресс или регресс сторон своей жизни.

Цель этого метода — сделать свою жизнь лучше, а не предстать в своих глазах идеальным.

### **Заключительный блок**

С вами было приятно работать! Надеюсь, что данное занятие стало полезным и часть этих приемов станут использоваться вами в реальной жизни.

### **Рефлексивный блок**

И как и в прошлый раз: если наше занятие вы считаете полезным для себя, интересным и нужным, если сегодня вы узнали новую информацию, подошли на один шаг ближе к своему выбору — покажите большой палец вверх, если информация для вас ненужная, бесполезная и сегодня с урока ничего вы не взяли — палец вниз.

### **Домашнее задание**

Предлагаю вам применить в реальном времени один на ваш выбор прием, а на следующем занятии мы поделимся опытом.

## **ЗАНЯТИЕ 3**

**Цель:** актуализация имеющихся знаний, представлений о тех или иных профессиях, специальностях (с учетом индивидуальных особенностей личности).

### **Задачи:**

1. Развитие способности различать профессиональные стереотипы
2. Развитие навыка соотнесения своего образа с различными профессиями
3. Оказание психолого–педагогического сопровождения старшеклассникам (вопрос-ответ).

**Время проведения:** 45 минут.

**Оборудование:** помещение, наличие стульев по количеству участников.

**Ход занятия:**

### **Мотивационный этап**

Обратная связь по результатам выполненного домашнего задания. Обсуждение.

### **Основной этап**

#### ***Игровое упражнение «Кто есть кто?»***

1. Перед началом самой игры ведущий спрашивает у участников, какие профессии для них наиболее интересны, и выписывает эти профессии (примерно 10-15) на доске; или использует материалы анкет. Это исключит случаи, когда названная профессия будет никому не интересна, а может даже и неприятна.

2. Затем ведущий объясняет правила проведения игры: «Сейчас я буду называть профессии; каждый в течение нескольких секунд должен посмотреть на своих товарищей и определить, кому эта профессия подойдет в наибольшей степени. Затем все по команде

одновременно должны показать на выбранного человека, наиболее подходящего для данной профессии».

3. Показав на своего товарища, все участники должны замереть; ведущий подсчитывает, сколько рук показывает на каждого человека, то есть чей образ, по мнению большинства игроков, в наибольшей степени соответствует данной профессии.

### ***Игровое упражнение «Человек - профессия»***

Игра проводится в круге

1. Ведущий дает инструкцию участникам: «Сейчас мы загадаем любого из сидящих в круге, а кто-то постарается отгадать этого человека. Но отгадывать он будет с помощью одного-единственного вопроса: с какой профессией ассоциируется загаданный человек. Все участники по кругу должны будут назвать наиболее подходящую для загаданного профессию. Профессии могут повторяться. После этого у отгадывающего будет возможность подумать немного (примерно 30-40 секунд) и назвать свои варианты, отгадки. Интересно, какой по счету вариант будет правильным?»

2. Затем выбирается отгадывающий (лучше, если это будет по желанию) и отправляется на некоторое время в коридор, а остальные быстро и тихо выбирают любого из присутствующих. При этом загаданным может быть и сам отгадывающий.

3. Приглашается отгадывающий, садится в круг и начинает всем по очереди задавать вопрос: «С какой профессией ассоциируется загаданный человек?». Каждый должен быстро дать ответ. Ответ должен быть правильным, но в то же время не являться подсказкой.

4. После того как все дали свои варианты ассоциаций, отгадывающий берет немного времени на раздумье и начинает называть тех, кто по его мнению, в наибольшей степени соответствует названным профессиям. Если игроков немного (8-10 человек), то отгадывающий может обратиться к участникам с этим же вопросом повторно, пройти по второму кругу.

5. Обсуждение организуется следующим образом. Если кого-то назвали по ошибке, то можно спросить у него, так ли уж сильно ошибся отгадывающий? У того человека, которого загадали на самом деле, можно спросить, согласен ли он с названными профессиями, насколько они соответствуют его собственному представлению о себе. У отгадывающего можно поинтересоваться (когда он уже будет знать, кого на самом деле загадали), чьи ответы - профессии помогали, а чьи мешали ему отгадывать.

### **Заключительный блок**

С вами было приятно работать! Надеюсь, что данное занятие стало полезным и вы открыли в себе что-то новое, что станет полезным для вас при выборе будущей профессии.

### **Рефлексивный блок**

И как и в прошлый раз: если наше занятие вы считаете полезным для себя, интересным и нужным, если сегодня вы узнали новую информацию, подошли на один шаг ближе к своему выбору – покажите большой палец вверх, если информация для вас ненужная, бесполезная и сегодня с урока ничего вы не взяли – палец вниз.

### **Домашнее задание**

Предлагаю вам в качестве домашнего задания написать сочинение на тему «Я и моя профессия». Форма написания может быть выбрана любая. На следующем занятии мы с вами обсудим ваши сочинения. Помните: при выполнении ДЗ вам необходимо учитывать время, которое вы затратили на написание. Напомню оно не должно сильно превышать 1 час. Мы не будем проверять грамотность – нам интересно содержание.

## **ЗАНЯТИЕ 4**

**Цель:** оказать эффективную психолого-педагогическую поддержку старшеклассникам в ситуации выбора.

**Задачи:**

1. Помощь участникам в определении своего профессионального типа личности.
2. Развитие чувства ответственности за принятый выбор.

**Время проведения:** 45 минут.

**Оборудование:** бланки ответов методики «Профессиональный тип личности» по количеству участников, ручки, плакат «Хочу. Могу. Надо.»

**Ход занятия:**

Мотивационный этап

Обратная связь по результатам выполненного домашнего задания. Обсуждение.

«Разогревающие» упражнения. Учитель просит поднять руки тех, кто уже точно знает, кем хочет стать в будущем и выбрал свою профессию. Затем руки поднимают те, кто пока сомневается в своем выборе. И наконец, должны поднять руки те, кто вообще не представляет, какую профессию предпочесть. Учитель делает вывод о том, на какой ступени профессионального самоопределения находятся участники

Основной этап

Как узнать свои профессиональные склонности? Ту профессию или то направление, которое тебе подходит?

За частую происходит так, что выбор за нас делают другие люди или обстоятельства вынуждают людей заниматься тем или иным делом, которое человеку совсем не нравится.

**Задание 1**

Работа в подгруппах (метод кейсов)

*Кейс 1:*

Родители настойчиво уговаривают свою дочь поступить в государственный вуз «по благу» на техническую специальность, мотивируя это тем, что они сами когда-то закончили этот вуз, что это престижная и востребованная специальность, что у них есть влиятельные приятели среди руководства.

Проблема в том, что девушка не чувствует желания обучаться в техническом вузе, да и способностей, как она считает, у неё для этого нет. Она мечтает уехать в столицу и стать актрисой. Реальных шансов поступить в московский вуз и сделать карьеру актрисы мало.

*Задание для групп.*

1-я группа: Приведите аргументы «за» (в пользу того, чтобы согласиться с родителями и поступить в технический вуз).

2-я группа: Приведите аргументы «против». Есть ли шансы воплотить мечту в жизнь?

*Обсуждение:* Выскажите своё мнение о сложившейся ситуации. Нужно ли учитывать обстоятельства при выборе профессии? Если да, то какие?

**Задание 2**

Успешные люди (т.е. те, которые довольны работой + деньги + польза) сформировали три требования: работа должна быть интересной, востребованной, соответствовать собственным возможностям.

Как Вы думаете, что надо знать для правильного выбора профессии? (свои личностные особенности, мир современных профессий.)

1. Свои личностные особенности - это склонности (желания, стремления) «Я ХОЧУ»

2. Способности (профессиональные качества, здоровье) «Я МОГУ»

3. Мир совершенных профессий – потребность рынка труда (профессии на которые есть спрос) «НАДО».

Далее предлагается обсудить плакат «Хочу. Могу. Надо».

Участники должны понять следующее: «Хочу» - это область ваших интересов (желания, стремления). «Могу» - область ваших способностей (задатки, возможности, здоровье). «Надо» - область востребованности профессии на рынке труда (есть ли спрос на данную профессию).

Учащимся надо подумать, какой выбор можно считать правильным.

Успешным человека можно считать тогда, когда он доволен своей работой, получает хорошие деньги и приносит пользу окружающим своей деятельностью.

### **Задание 3**

Как вы думаете, какой самый эффективный способ понять подходит та или иная профессия вам?

Выслушав ответы участников, можно подвести итог: самый эффективный способ понять, подходит тебе эта профессия или нет – попробовать себя в выбранной профессии.

Но поскольку в реальной жизни сделать это нелегко, можно попытаться войти в образ представителя какой-либо специальности.

Выполняется упражнение «Покажи профессию». (официант, воспитатель, электрик, повар, маляр, журналист, врач, бухгалтер) Выбираются из учащихся желающие поучаствовать (2-3 человека).

На листке бумаги в произвольном порядке пишут три профессии, которые им нравятся и которые они хотели бы получить. Далее по команде участники по очереди должны с помощью мимики и жестов за две минуты изобразить одну профессию из своего списка. Запрещается произносить слова и звуки, писать буквы в воздухе. Остальные в это время должны отгадать, какую профессию показывают.

### **Заключительный блок**

С вами было приятно работать! Надеюсь, что данное занятие стало полезным, и вы открыли в себе что-то новое, что станет полезным для вас при выборе будущей профессии.

### **Рефлексивный блок**

И как и в прошлый раз: если наше занятие вы считаете полезным для себя, интересным и нужным, если сегодня вы узнали новую информацию, подошли на один шаг ближе к своему выбору – покажите большой палец вверх, если информация для вас ненужная, бесполезная и сегодня с урока ничего вы не взяли – палец вниз.

### **Домашнее задание**

Предлагаю вам в качестве домашнего задания написать сочинение на тему «Я и моя профессия». Форма написания может быть выбрана любая. На следующем занятии мы с вами обсудим ваши сочинения. Помните: при выполнении ДЗ вам необходимо учитывать время, которое вы затратили на написание. Напомню оно не должно сильно превышать 1 час. Мы не будем проверять грамотность – нам интересно содержание.

## **ЗАНЯТИЕ 5**

**Цель:** актуализация потребности учета времени, планирования

**Задачи:**

1. Наглядная демонстрация причин нехватки времени, неумения им пользоваться.
2. Разработка практических рекомендаций по планированию дня и учету времени.

**Время проведения:** 45 минут.

**Оборудование:** проектор, презентация (слайды по содержанию занятия), мягкая игрушка или мяч.

**Ход занятия:**

### **Мотивационный блок**

#### **Игра “Ассоциации”**

Участникам предлагается назвать свои ассоциации со словом “Время”  
Выполняется по кругу, участники передают друг другу мяч или игрушку.

Далее предлагается вспомнить пословицы, поговорки, афоризмы о времени.

#### Основной блок

Вспомним то занятие, когда мы говорили о времени. Сегодня мы снова поговорим о таком ценном ресурсе как время.

**Слайд 1:** «Планирование. Когда составлять список дел?»

Выделяйте время на это занятие примерно за час перед сном. Уточните, по каким предметам у вас домашнее задание на утро, выделите по степени значимости самый важный, затем тот, что менее значим и т.д. Приступайте сначала к выполнению самого сложного задания, потому что, выполнив его, вы получите эмоциональный импульс, удовлетворение от того, что справились и с еще большим желанием приступите к выполнению оставшейся работы. Расставляйте перечень дел по степени значимости. Наиболее важные выполняйте в первую очередь, потому что даже самые трудные задачи выполнить не станет легче, сколько их ни откладывай.

#### Сетка дня

Первая половина дня, как правило, у большинства школьников вполне четко расписана. Урок сменяется переменной, потом снова урок и т.д. А вторая половина, примерно с 14:00 – это ваше личное время. Для тех, кто учится со второй смены наоборот. Кто-то посещает факультативные занятия, ходит на кружки, секции, таким образом, время высвобождается еще позднее. Но давайте постараемся подумать, каким образом наше бесконтрольное время, вторую половину дня, можно обуздать.

**Слайд 2:** «Не пора ли вернуть тихий час?»

Если вы чувствуете, что, вернувшись из школы, с кружка или секции усталость, – отдохните. И делать это нужно не сидя перед компьютером или телевизором, а отключившись от всех средств коммуникации, немного поспать. Чтобы не уйти в глубокий сон, в фазу медленного сна, вам достаточно будет короткого 30-минутного сна. Ваши силы восстановятся на раз-два. Мозг будет готов к поглощению новой информации. После пробуждения не поддавайтесь соблазну взять в руки телефон или включить компьютер. Возьмись за то важное дело, которое предстоит выполнить. Сделай его немедленно!

**Слайд 3:** «Каждый час производите смену деятельности. «Товарищ, запомни правило простое: работаешь сидя – отдыхай стоя!»»

В знаменитой фразе В.В. Маяковского есть много истины. Прочитайте её ещё раз. А ещё чередуйте занятия менее приятные, с более приятными. Диана Де Лонзор в своей книге «Лёгкий способ перестать опаздывать» подтверждает эту мысль: Сначала мы откладываем и оттягиваем начало какого-то дела, а потом, все же приступив к нему, откладываем его прекращение. Неумение прерваться на половине отчасти объясняется стремлением получать удовольствие и желанием избежать неприятных переживаний. Смена вида деятельности часто сопровождается некоторым дискомфортом. ...Причем прерваться бывает особенно трудно, если вы оттягивали начало. Например, вы прибираетесь в комнате или читаете книгу и чувствуете себя вполне хорошо – до тех пор, пока не приходит время прекратить это занятие. Но после того как укрепите силу воли, вы сумеете не только начинать дела вовремя. Но и прекращать их в нужный момент.

**Слайд 4:** «Записывайте время».

Я разделил каждую страницу блокнота на 2 колонки. В одной записываю на что оно у меня уходит. Время до 5 минут можно не записывать. Особенно ведите учет второй половины дня, когда нет уроков. Когда мы ведет такой учёт, то на подсознательном уровне начинаем корить себя за то, что очередной час прошёл, и ты ничего не сделал. Блокнот вам в этом будет сильно помогать.

**Слайд 5:** «Прикидывайте, сколько времени займет выполнение той или иной задачи»

Это необходимо, чтобы в первую очередь успеть выполнить ключевые. Если не хватит времени, то второстепенные дела перенесите на завтра. Сначала вы будете

слишком переоценивать свои способности, выставляя недостаточно времени на исполнение, поэтому рекомендую сразу закладывать дополнительные 20-30% времени на выполнение задачи.

**Слайд 6:** «Готовьтесь с вечера».

Определитесь вечером с тем, что наденете утром, особенно это касается девушек, потому что по этой причине многие опаздывают, подолгу копаются в белье и не знают, что выбрать. Если вы последуете совету – выполнять уроки утром, а я вам это настоятельно рекомендую, то поэтому приготовьте все необходимые учебники, тетради на столе с вечера. Да, приберитесь на нём, чтобы ничего не отвлекало.

**Слайд 7:** «Не переутомляйтесь!»

Подведём некоторый итог: не переутомляйтесь. Если чувствуете, что ваш мозг устал – дайте ему отдохнуть. Расставляйте в блокноте задачи по степени важности и приступайте к их выполнению немедленно. Ведите учет времени и отслеживайте – сколько вам требуется на те или иные дела.

**Слайд 8:** « «Отбросы времени»

1. Читайте в дороге.
2. Аудиокниги, аудиокурсы.
3. Незначимые дела.»

Достаточно много времени уходит на дорогу, на ожидание, когда дойдет очередь, когда придет нужный человек. Поэтому сейчас перечислю некоторые советы, как с пользой провести время. Время ожиданий.

1. Читайте в дороге. А.А. Любищев примерно в 30-х годах XX века заметил следующее: «Какие преимущества дает чтение в дороге? Во-первых, не чувствуешь неудобств в дороге, легко с ними миришься; во-вторых, нервная система находится в лучшем состоянии, чем в других условиях». Например, у меня всегда во внутреннем кармане находится электронный ридер Nook Simple Touch. Во-первых, он небольших размеров, лёгкий. Во-вторых, одна только дорога туда-обратно даёт мне целый час чтения. Да, возможно, не совсем те условия, но вы, таким образом, можете выработать умение концентрироваться, несмотря на шум и посторонние разговоры.

2. Аудиокниги, аудиокурсы. Если вы добираетесь до школы пешком, или дороги совершенно не позволяют хоть немного сконцентрироваться на тексте и удержать книгу в руках, то закачайте себе нужные аудиокниги или аудиокурсы. Например, в дороге можно учить стихотворения, которые читает диктор. Хорошие дикторы делают правильные паузы, заодно поучитесь, как с чувством их читают профессионалы.

3. Незначимые дела. Если у вас в списке дел на день есть задачи, которые не являются приоритетными, то почему бы не потратить время ожидания в очередях на их выполнение? Например, проверить почту, подумать о том, как провести предстоящие выходные, с кем встретиться, куда сходить, что почитать.

### ***Упражнение “Хронофаги”.***

Есть такие дела, которые не приносят никакой пользы человеку, а только зря “пожирают” его время. Это так называемые хронофаги. Например: неумение вовремя закончить телефонный разговор, сидение “просто так” в “Контакте”, откладывание дел на потом и др.

Используется мягкая игрушка. Она передается по кругу, каждый участник при получении игрушки называет “свой хронофаг”.

### **Заключительный блок**

С вами было приятно работать! Надеюсь, что данное занятие стало полезным и часть этих приемов станут использоваться вами в реальной жизни.

### **Рефлексивный блок**

И как и в прошлый раз: если наше занятие вы считаете полезным для себя, интересным и нужным, если сегодня вы узнали новую информацию, подошли на один шаг

ближе к своему выбору – покажите большой палец вверх, если информация для вас ненужная, бесполезная и сегодня с урока ничего вы не взяли – палец вниз.

#### Домашнее задание

Предлагаю вам применить в реальном времени один на ваш выбор прием, а на следующем занятии мы поделимся опытом.

По итогу каждого занятия мы отслеживали степень заинтересованности участников в процессе работы. Формат встреч в традиционной форме, а также подача материала в лекционной форме, хотя и с применением интерактивных методов, на наш взгляд, снижала интерес к проблематике занятий.

Ниже мы приведем тематическое планирование аудиторных встреч, реализованных в нетрадиционных формах (подиумные дискуссии, встречи с представителями разных профессий, просмотр тематических фильмов с последующим обсуждением). Данный формат выбран нами с целью повышения уровня мотивации для участников, активизации, повышения интереса к проблеме необходимости целеполагания, планирования.

#### **Тематический план**

<b>Мероприятие</b>	<b>Предполагаемый результат</b>
<b>Просмотр тематических фильмов:</b> 1. «Время»/«In Time», 2011 2.«Исходный код»/«Source Code», 2011 3.«Последний отпуск»/«The Last Holiday», 2006 4.«Клик. С пультом по жизни»/«Click», 2006 5. «Загадочная история Бенджамина Баттона»/«The Curious Case of Benjamin Button», 2008	1. Повышение уровня вовлеченности участников в работу. 2. Актуализация вопросов, связанных с планированием, целеполаганием.
<b>Встречи, подиумные дискуссии:</b> 2. Встреча с сотрудниками отдела по работе с персоналом компании «Скб-контур». 3. Линейный персонал компании «Реста-менеджмент». 4. Педагоги дошкольного образования. 5. Владельцы малого бизнеса.	1. Предоставление участникам возможности получить ответы на интересующие вопросы. 2. Познакомиться с людьми, имеющими определенный опыт в разных сферах профессиональной деятельности. 3. Повышение мотивации к решению вопроса выбора будущей профессии.



